# Terapia prin jocul cu nisip – Sandplay

## Drumul creator al dezvoltării personalității

Ruth Ammann

TREI

PSIHOLOGIE
PSIHOTERAPIE

Ruth Ammann

# *Terapia prin jocul cu nisip*
# *— Sandplay —*
## Drumul creator al dezvoltării personalității

Traducere din germană de
Daniela Ștefănescu

TREI
2014

PSIHOLOGIE
PSIHOTERAPIE

COLECȚIE COORDONATĂ DE
Simona Reghintovschi

Das Sandspiel Der schoepferische Weg
der Persoenlichkeits-entwicklung
Ruth Ammann

Copyright © Ruth Ammann, 2001

© Editura Trei, 2014
pentru prezenta ediție

O.P. 16, Ghișeul 1, C.P. 0490, București
Tel.: +4 021 300 60 90 ; Fax: +4 0372 25 20 20
e-mail: comenzi@edituratrei.ro
www.edituratrei.ro

ISBN ePUB: 978-606-719-253-7
ISBN PDF: 978-606-719-254-4
ISBN Print: 978-606-719-061-8

Editori: Silviu Dragomir, Vasile Dem. Zamfirescu
Director editorial: Magdalena Mărculescu
Redactor: Raluca Hurduc
Coperta: Faber Studio
Director producție: Cristian Claudiu Coban
Dtp: Ofelia Coșman
Corectură: Sînziana Doman, Rodica Petcu

În memoria afectuoasă și plină de recunoștință
a lui Joël și Yaltah Ryce-Menuhin, doi oameni minunați,
care au trăit pentru dragoste, muzică și Sandplay.

# Prefață la ediția în limba română, 2014

La baza prezentei traduceri în limba română a cărții mele *Das Sandspiel, der schöpferische Weg der Persönlichkeitsentwicklung*, din anul 2001, se află prima ediție, *Heilende Bilder der Seele*, din anul 1989. Această metodă era în 1989 abia la începuturile potențialului ei terapeutic și, mai cu seamă, la începutul răspândirii ei ulterioare pe toate cele cinci continente. Terapia Sandplay, terapia prin jocul cu nisip, era cunoscută pe-atunci doar în câteva țări vest-europene, precum și în America de Nord, Canada și Japonia.

În 2001 am revizuit și amplificat cartea, pentru că terapia prin jocul cu nisip se dezvoltase și se aprofundase neîncetat. I s-au adăugat aspecte culturale noi, i s-au integrat cunoașteri psihoterapeutice noi. Interesul față de această metodă a ajuns acum și în China, Coreea, Taiwan, Australia, America de Sud și Africa de Sud.

Aș putea adăuga și astăzi capitole noi și importante, căci terapia prin jocul cu nisip nu numai că dezvoltă personalitatea pacienților și a clienților noștri, ci chiar ea se dezvoltă necontenit. Metodologia și posibilitățile care rezidă în jocul cu nisip se tot dezvoltă pe măsură ce înșiși terapeuții Sandplay își dezvoltă știința și imaginația! Jocul cu nisip nu este o tehnică stabilită o dată pentru totdeauna, ci o metodă care permite și reflectă atât noi evoluții în psihoterapie, cât și transformări

personale și culturale în modul de lucru al terapeuților. De aceea mă bucură întotdeauna când acești terapeuți își prezintă și publică cunoașterile nou-dobândite și metodele lor noi de lucru.

În ceea ce mă privește, jocul cu nisip a devenit tot mai important în tratarea bolilor psihosomatice. „Materia primă“, respectiv nisipul și apa, au o legătură atât de directă cu corpul omului, încât terapeutului familiarizat cu anatomia organismului omenesc și cu funcțiile creierului i se deschid o înțelegere cu totul nouă a terapiei prin jocul cu nisip și, în consecință, noi posibilități terapeutice. Constat cu o mare bucurie și mulțumire că, în ziua de azi, jocul cu nisip este perfect integrat în multe programe de pregătire din cadrul institutelor de psihologie analitică. Numeroși psihoterapeuți jungieni lucrează astăzi atât cu imaginație, cu vise, cu imagini pictate bidimensionale, cât și cu imagini tridimensionale din nisip.

Și eu am integrat jocul cu nisip în munca mea analitică, psihoterapeutică. Pe parcursul unei terapii propun întotdeauna acel mijloc de la care sper să se obțină un efect, adică o transformare emoțională profundă în felul de a fi al analizanzilor mei. Fiecare mijloc, fie că este o discuție, un travaliu oniric, o pictură izvorâtă din inconștient sau că este jocul cu nisip, își exercită efectul propriu, foarte specific, asupra trupului și a sufletului unui om. Prin urmare, unul dintre aceste mijloace de exprimare poate să fie eficace sau să rămână fără efect într-o anumită fază a procesului terapeutic.

În anii trecuți, jocul cu nisip, raportat la psihologia analitică a lui C.G. Jung, s-a răspândit și în țările est-europene și Rusia. Astfel, metoda cunoaște în continuare o dezvoltare culturală multiplă. Personalitățile terapeuților și miniaturile speciale, care poartă amprenta culturală, reprezintă din nou o

îmbogățire interesantă a metodei.

Este marele merit al lui Silviu Dragomir și al Editurii Trei că această carte poate fi publicată acum în limba română. Le mulțumesc din suflet tuturor celor care au contribuit la realizarea ei și doresc cărții un cerc larg de cititori care să abordeze cu respect posibilitățile multiple ale terapiei prin jocul cu nisip.

Dar, folosind cuvântul serios „terapie“, să nu uităm de cuvântul „joc“.

Dragi cititori: jucați-vă în nisip cu inima, cu mâna și cu mintea!

Ruth Ammann, octombrie 2014

# Prefață

În *Amintiri, vise, reflecții*[1], C.G. Jung descrie cum a rezolvat o situație în care se simțea foarte răscolit din punct de vedere emoțional: „Pe măsură ce izbuteam să traduc emoțiile în imagini, adică să găsesc acele imagini care se ascundeau în ele, se instaura liniștea interioară. [...] Experimentul meu mă învață cât de salutar este din punct de vedere terapeutic să poți conștientiza imaginile care zac îndărătul emoțiilor.“[2]

Această cunoaștere este fundamentală pentru metodele terapeutice care se aplică în psihanaliza de factură jungiană. Astăzi se știe — iar acest lucru se datorează și cunoașterilor din domeniul psihoterapiei și al neuroștiințelor — că schimbările nu sunt posibile fără niște emoții puternice, dar se mai știe și că emoțiile trebuie să ni le reprezentăm — de pildă așa cum a scris Jung cu aproape un secol în urmă. În psihoterapia jungiană se pune problema acceptării problemelor și a transformării lor prin modelare creatoare, pornind de la o imagine a omului pe care îl vede într-o dezvoltare continuă în direcția unei „vieți proprii“, cu stagnările ce decurg de aici. Aceste dezvoltări îi devin accesibile omului prin intermediul emoțiilor și al simbolurilor adiacente, care leagă inconștientul și conștiința. Așadar, greutățile cu implicațiile lor emoționale trebuie trăite și reprezentate; în confruntarea cu această reprezentare simbolică, în modelarea și remodelarea lor, ele pot cunoaște o

transformare. În procesul terapeutic, reprezentarea și configurarea simbolurilor se produc în cadrul unei relații terapeutice, în care se oglindesc multe greutăți ce devin astfel pentru prima dată accesibile emoțional; tot acolo, în relația cu terapeutul sau terapeuta, se pot, de asemenea, face noi experiențe emoționale.

Ideea că emoțiile trebuie traduse în imagini a influențat majoritatea metodelor care se aplică în terapia jungiană: lucrul cu visele, mai ales lucrul imaginativ cu visele, lucrul cu imaginațiile, cu imaginile reprezentărilor, pictatul și, desigur, tocmai jocul cu nisip.

Jocul cu nisip este o metodă cu totul remarcabilă de configurare a emoțiilor într-un mod vizibil, în măsura în care întregul nostru corp este terenul de joc al emoțiilor. O anxietate, de pildă, o simțim fizic. De aceea este foarte util să se configureze niște procese inconștiente care se reflectă în emoții, niște idei, niște imaginații printr-o metodă în care pot fi folosite mâinile, nisipul, tot felul de obiecte din lumea omenească. Desigur, această formă de reprezentare are loc în cadrul unei relații terapeutice, de care trebuie ținut cont. Transferul și contratransferul joacă un rol; se constelează și aici modele relaționale, care s-au constelat dintotdeauna în viața unui analizand, a unei analizande, corespunzând unor modele complexuale și putând fi prelucrate și modificate în cadrul relației terapeutice. Relația terapeutică este însă întotdeauna și o coproducție dintre analist și analizand, și tocmai această coproducție devine în mod special vizibilă în jocul cu nisip, căci figurile (miniaturile) care pot fi folosite au fost de cele mai multe ori colecționate cu dăruire de terapeut. Spațiul imaginativ, care este mereu modelat și remodelat între analist și analizand, devine vizibil în jocul cu nisip — cel puțin ca produs final.

Dacă jocul cu nisip este analizat în mod sistematic, vor rezulta indicii importante referitoare la această temă a coproducției.

Cartea de față, în care se reflectă îndelungata experiență profesională a autoarei ca analistă, care se confruntă în mod intens cu metoda Sandplay, metoda jocului cu nisip, în terapie și teorie, scoate în mod exemplar în evidență posibilitățile care rezidă în jocul cu nisip, dincolo de idealizare și devalorizare. A luat ființă un manual în cel mai bun sens al cuvântului: el informează, incită, menționează și discută probleme fundamentale, fără a le acorda acestora un spațiu prea mare, și arată pe bază de exemple practice niște procese care sunt atât de bine vizibile și documentabile în tehnica jocului cu nisip. Acest proces creator care poate fi văzut și trăit rămâne însă, așa ca toate procesele creatoare, enigmatic. Ruth Ammann vorbește în acest context despre rezonanța dintre terapeută și analizand.

Cartea prezintă jocul cu nisip drept o metodă terapeutică ce trebuie aplicată în cadrul unei relații analitic-terapeutice, drept o metodă a psihoterapiei jungiene. Firește că analiștii vor aplica metodele care li se potrivesc, numai atunci ele au realmente impact asupra analizanzilor. Iar tehnica jocului cu nisip i se potrivește lui Ruth Ammann ca o mănușă.

Faptul că prin această carte ni se transmite suma experiențelor unei terapeute constituie pentru noi o îmbogățire. Doresc cărții să fie studiată, spre a putea stimula mulți terapeuți.

Verena Kast

---

[1] Jung, C.G., *Amintiri, vise, reflecții*, consemnate și editate de Aniela Jaffé, Humanitas, București, 1996, trad. de Daniela Ștefănescu.

[2] *Idem*, p. 186.

# Introducere

Când mi-a apărut, în 1989, cartea *Heilende Bilder der Seele. Das Sandspiel — der schöpferische Weg der Persönlichkeitsentwicklung*[3], metoda jocului cu nisip era folosită de relativ puțini terapeuți. De abia înființase Dora M. Kalff, împreună cu un grup de terapeuți Sandplay, adică terapeuți specializați în tehnica jocului cu nisip, în 1985, Societatea internațională pentru terapia prin jocul cu nisip ISST[4]; încă nu exista o societate elvețiană sau germană pentru terapia prin jocul cu nisip. Chiar și la C.G. Jung–Institut din Zürich de abia începuse să fie predată tehnica jocului cu nisip.

Această situație s-a schimbat radical în ultimii 12 ani. Societatea internațională ISST a crescut, devenind o comunitate mare de terapeuți specializați în jocul cu nisip; ea cuprinde, ce-i drept, nu numai analiști jungieni, ci și mulți terapeuți cu alte orientări. La C.G. Jung–Institut din Zürich, ca și în majoritatea Institutelor Jung din alte țări, jocul cu nisip a fost recunoscut ca o completare valoroasă a analizei verbale și a fost integrat în programa analitică.

Această răspândire și recunoaștere sporită a terapiei prin jocul cu nisip ca metodă psihoterapeutică a determinat Walter Verlag să scoată o ediție nouă a cărții, într-o formă revizuită și adăugită. Ca analistă jungiană, am considerat important să adaug un capitol scurt despre folosirea jocului cu nisip în

munca analitică și unul despre *rezonanță*, așa cum numesc eu forma tipică a transferului și contratransferului în cadrul jocului cu nisip. În Capitolul 11, care a fost adăugat, descriu procesul terapeutic al „Annei“ și arăt cum conlucrează cele trei abordări diferite ale inconștientului unui om pe care le folosim în munca analitică jungiană, și anume vise, imagini pictate și imagini în nisip, și cum se pot completa ele reciproc. Cartea conține acum, pe lângă considerațiile teoretice și practice ale metodei jocului cu nisip, și patru prezentări de caz.

Există mai multe motive pentru care aș dori să le explic mai îndeaproape metoda terapeutică a jocului cu nisip tuturor psihoterapeuților, mai cu seamă însă celor jungieni.

În primul rând, ne oferă posibilitatea să implicăm mai mult organismul, neglijat totuși foarte mult până acum în analiză sau terapie. Prin lucrul manual modelator în cutia cu nisip, nu este activat și pus în mișcare numai corpul analizandului, ci, adesea, în imaginile din nisip devine clar vizibilă și starea fizică a analizandului, ceea ce nu se întâmplă cu aceeași intensitate în analiza verbală pe baza viselor.

La această metodă, face și analistul mai multă mișcare prin cabinetul său, ceea ce contribuie desigur mult la starea sa fizică de bine.

În plus, putem remarca la jocul cu nisip într-o măsură și mai mare atitudinea terapeutică specială de parteneriat care stă oricum la baza înțelegerii jungiene a terapiei. Punctul de pornire al metodei jocului cu nisip îl constituie încrederea în posibilitățile de autovindecare din om și cunoașterea lor. Activitatea se află, în prima fază a terapiei, cea modelatoare, complet în mâinile analizandului, analistul având o atitudine atentă, dar reținută. În această fază nu se fac aprecieri și nu se interpretează, ceea ce este extraordinar de degrevant pentru oamenii suferinzi psihic. Terapeuții specializați în jocul cu nisip

sunt psihoterapeuți, dar ei li se arată analizanzilor, datorită cadrului specific al jocului cu nisip, în primul rând ca oameni.

Nu în ultimă instanță, mi se pare că este valoros și foarte instructiv să putem urmări dinamica proceselor psihice cu ajutorul unor serii de imagini tridimensionale. Nu știu unde poate fi mai bine urmărită capacitatea impresionantă și adecvată a psihicului omenesc de autoreglare și autovindecare, iar ulterior sesizată și înțeleasă prin intermediul ilustrațiilor, decât în jocul cu nisip.

Din motive de discreție și întrucât ar depăși spațiul acestei cărți, nu am cum să prezint niște procese complete ale jocului cu nisip și nici cum să le interpretez în detaliu, de aceea aș dori să trimit în descrierile de caz mai ales la punctele care mi se par deosebit de importante și tipice pentru jocul cu nisip. Un mare avantaj constă în aceea că imaginile din nisip pot fi fotografiate, procesele psihice devenind astfel vizibile pentru cititor. Totuși va fi dificil să facem ca procesele sufletești să fie inteligibile pentru o persoană din afară; nu va fi ușor ca aceasta să simtă empatie față de ele, căci tocmai aici putem spune că numai cel care a trăit deja ceva asemănător are capacitatea de a înțelege cu adevărat.

Aș mai dori să menționez că în psihologia analitică, adică metoda întemeiată de C.G. Jung, noi îi numim pe cei care vin în cabinetul nostru analizanzi, ceea ce înseamnă, la origine, că aceștia fac o analiză verbală. Eu însă folosesc denumirea pentru toți adulții din cabinetul meu. Când spun „analizandul“, și nu „analizanda“, nu o fac discriminator. Mi se pare că denumirea „analizand“ este neutră, utilizabilă atât pentru femei, cât și pentru bărbați, dacă nu este vorba despre o persoană anume. Deși sunt analistă jungiană, nu spun că sunt „analist“, ci „terapeut“ specializat în tehnica jocului cu nisip, căci astfel țin cont de faptul că există și terapeuți specializați în jocul cu nisip

care ajung la această metodă pe calea altei pregătiri profesionale de bază.

Am convenit cu editura că este corect ca această carte să fie și pe înțelesul cititorilor care nu dispun de un mare bagaj de cunoștințe de specialitate. Mă străduiesc pur și simplu să scriu, iar termenii de specialitate indispensabili sunt explicați la sfârșitul cărții.

Metoda terapeutică a jocului cu nisip am învățat-o de la Dora M. Kalff în Zollikon, mai întâi prin experiență proprie, apoi pe parcursul câtorva ani de muncă în terapia jocului cu nisip, ca asistentă a ei. Îi datorez foarte mult Dorei Kalff, căci nu numai că m-a inițiat în această metodă extraordinar de valoroasă, ci mi-a și transmis informații de o importanță esențială cu privire la desfășurarea proceselor psihice și la atitudinea terapeutică a analistului.

Doresc să-i mulțumesc aici și doamnei dr. Mathilde Fischer de la Walter Verlag, care s-a încumetat să reediteze cartea mea inițială despre metoda jocului cu nisip, *Heilende Bilder der Seele*, în această formă revizuită și adăugită. Îi mulțumesc, de asemenea, lui Thomas Nahrmann pentru prelucrarea profesionistă și amicală a textului meu.

Le adresez mulțumirile mele speciale și Mariei, Evei, lui Elisabeth și Annei, precum și tuturor analizanzilor care mi-au îngăduit să utilizez diapozitivele imaginilor lor din nisip, fără de care această carte nu ar fi luat ființă.

---

[3] Imagini tămăduitoare ale sufletului. Jocul cu nisip — drumul creator al dezvoltării personalității. (*N.t.*)

[4] International Society for Sandplay Therapy. (*N.t.*)

CAPITOLUL 1

# Jocul cu nisip — o metodă de terapie jungiană?

Metoda terapeutică a jocului cu nisip a fost dezvoltată de Dora M. Kalff pornind de la „jocul lumii“ al lui Margaret Lowenfeld. Spre deosebire de alte metode care au apărut după acest „joc al lumii“, ca de pildă „testul lumii“ al lui Charlotte Bühler sau așa-numita „metodă Erica“, aplicată în Suedia de 50 de ani în diagnosticarea psihiatrică infantilă[5], Dora Kalff a recunoscut că seriile de imagini din nisip făcute de copii sau adulți reprezintă o continuă confruntare practică cu inconștientul, comparabilă cu procesul analitic realizat pe baza seriilor de vise sau a unui șir de imaginații active. Activitatea desfășurată în cutia cu nisip declanșează un proces psihic global, care duce la vindecare și la dezvoltarea personalității.[6]

Jocul cu nisip este o metodă prin care se realizează în mod practic și creator niște forme în cutia cu nisip. Omul, fie adult, fie copil, care se joacă în cutia cu nisip sau, mai bine zis, creează este implicat în această preocupare cu spiritul său, cu sufletul său, cu trupul său. Forțele spiritual-sufletești sunt astfel nu doar activate, ci sunt și transformate *concret* și *creator* cu ajutorul mâinilor, ceea ce se răsfrânge benefic în mod special asupra oamenilor cu un intelect foarte dezvoltat. Pe de altă parte, la persoanele cu blocaje psihice sau cărora le-a secat puterea de imaginație, activitatea realizată cu mâinile în nisip poate mobiliza din nou forțele sufletești și spirituale.

Metoda jocului cu nisip m-a atras deja de la primul contact cu ea, pe de o parte, desigur, pentru că exprimarea figurativă, modelatoare este o tehnică ce mi se potrivește foarte bine și pentru că mie însămi îmi place să îmi folosesc mâinile; pe de altă parte și deoarece bunicul meu, care era medic pediatru, mi-a arătat încă de mică, într-un mod foarte elocvent, cum să-mi folosesc în chip subtil simțurile pentru a percepe într-o manieră diferențiată, fără cuvinte, un alt om. O întâmplare mi s-a întipărit în mod deosebit în minte: bunicul meu avea un cabinet de consultații și în casa lui, unde primea câteodată pacienți. Odată, când eram mică, am văzut prin gaura cheii cum consulta un sugar bolnav. Examina copilul foarte atent din toate părțile, îl palpa, îl asculta, iar la urmă, spre marea mea mirare, l-a mirosit. Puțin mai târziu l-am întrebat ce făcuse de fapt. Mi-a răspuns: „Copiii mici nu pot spune unde-i doare. Atunci trebuie să-mi folosesc toate simțurile, pentru a-mi da seama de ce boală suferă.“

Acest scurt episod a fost pentru mine foarte semnificativ, iar în timpul studiilor mele de psihologie m-am gândit adesea la bunicul meu, pe care mi-l amintesc nu numai ca pe un observator foarte atent, ci și ca pe un om cu mare respect pentru natură și o încredere profundă, religioasă în natura din jurul nostru și din noi.

Și într-o psihoterapie există „copilul mic“ în adulți și copii, care nu poate să spună „unde-l doare“. Așa că trebuie să observăm, să mirosim în sens figurat, adică să adulmecăm și să palpăm, adică să tatonăm răul ascuns.

Un alt motiv pentru care metoda jocului cu nisip m-a impresionat într-atât constă în influențarea reciprocă a spiritului și trupului, a unei componente psihice și uneia materiale, care se cristalizează în imaginea din nisip într-o interacțiune a celor două. În analiza verbală clasică nu

cunoaștem, cel puțin sub această formă, o astfel de interacțiune directă între psihic și materie.

Noi, psihoterapeuții jungieni de astăzi, punem mare preț pe interpretarea imaginilor din inconștientul analizanzilor noștri. Acestea sunt însă bidimensionale și sunt pictate de obicei acasă, deci nu în prezența analistului. C.G. Jung însuși a recurs la imagini și desene în analiză. În terapia sau analiza jungiană clasică lipsește însă reprezentarea tangibilă, tridimensională a aspectelor psihice și fizice în lumea de aici și de acum a ședinței analitice. Jocul cu nisip este o completare de-a dreptul ideală.

Jocul cu nisip este în accepția mea o metodă terapeutică categoric jungiană. Este o metodă imaginativă și, ca atare, înrudită cu *imaginația activă*, care a fost introdusă și aplicată chiar de C.G. Jung. Jung nu a scris nicăieri, în opera sa vastă, în mod expres despre jocul cu nisip. Dar găsim în lucrarea sa, scrisă în 1916 și publicată abia în 1958, „Funcția transcendentă“, indicii prețioase pentru terapia prin jocul cu nisip, referitoare la posibilitatea de a exprima conținuturi inconștiente cu ajutorul mâinilor. În acest eseu, Jung scrie: „Nu este suficient în toate cazurile să ne clarificăm doar contextul de idei al unui conținut oniric. Adesea se impune necesitatea de a lămuri conținuturile neclare prin configurare vizibilă. Ceea ce se poate face prin desen, pictură, modelare. Adesea mâinile știu să descifreze o taină pe care rațiunea s-a străduit zadarnic s-o dezlege.“[7]

Dacă Jung ar fi cunoscut pe-atunci metoda jocului cu nisip, ar fi menționat-o desigur în acest loc. Însă, după cum se știe, el a audiat abia în 1937, la un congres de la Paris, o prelegere a lui Margaret Lowenfeld despre „tehnica lumii“, din care s-a dezvoltat apoi tehnica jocului cu nisip. Se presupune că a fost impresionat de lucrarea lui Margaret Lowenfeld, căci, după cum mi-a povestit Dora Kalff de mai multe ori, chiar Jung i-a

atras atenția asupra lucrării și i-a sugerat să deprindă la Londra această metodă.

Putem să ne dăm seama citind autobiografia sa *Amintiri, vise, reflecții*[8] că Jung era foarte familiarizat cu jocul cu nisip și că pentru el era extrem de important să se „joace în nisip“. Felul cum descrie joaca lui în nisip la malul lacului Zürich este atât de impresionant, încât voi reveni ulterior asupra lui, aprofundând ideea.

Este important să consemnez aici că în numeroșii ani în care am lucrat ca analistă jungiană cu vise, imagini pictate și imagini în nisip am făcut experiența că aceste posibilități diferite de acces spre inconștient nu se exclud nicidecum reciproc, ci, dimpotrivă, se completează foarte bine, ba că de fapt țin unele de altele, formând un tot. Sunt căi terapeutice care pot fi abordate în funcție de necesitățile și posibilitățile unui om, pentru că ele și vizează aspecte diferite (vezi Capitolul 11). Bazele pentru folosirea lor în munca analitică sau psihoterapeutică sunt însă în orice caz cunoașterile teoretice și practice ale psihologiei lui C.G. Jung. Diferitele căi pot să fie abordate atât „pur“, deci ca travaliu terapeutic fie numai cu vise, fie numai cu imagini în nisip (vezi Capitolul 8), cât și să fie legate între ele ca o alternanță de vise, imagini pictate și imagini în nisip (vezi Capitolul 11).

O diferență esențială între imaginația activă și jocul cu nisip constă în aceea că imaginația activă este desfășurată de analizand singur, adică nu în ședința de terapie. Este o modalitate foarte eficientă și profundă de confruntare cu inconștientul, mai degrabă adecvată totuși acelor persoane care sunt deja obișnuite să poarte un dialog cu propriul inconștient. Imaginația activă este o metodă foarte exigentă și pretinde o personalitate solidă, stabilă din punct de vedere psihic.

Jocul cu nisip se desfășoară însă în ora de terapie, așadar în

prezența analistului, care însoțește analizandul din punct de vedere terapeutic. Analizandul și analistul sunt împreună, participând fiecare cu rolul său la activitatea respectivă. Asta înseamnă, printre altele, că nu sunt întreținute numai forțele fizice și spirituale, conștiente și inconștiente ale analizandului, ci este implicată în mod inconștient și personalitatea analistului. Cutia cu nisip devine câmpul interactiv dintre analizand și analist, iar imaginea în nisip reprezintă atunci, printre altele, și forma vizibilă și tangibilă a acestei interacțiuni speciale.

La începutul activității mele ca analistă jungiană și terapeută specializată în tehnica jocului cu nisip încă nu eram foarte conștientă cât de profund influențează analistul viața interioară creatoare a analizandului său și, astfel, apariția unei imagini în nisip. Astăzi știu că analistul exercită, prin canalele subtile, nonverbale și inconștiente care se deschid între el și analizandul său, o influență puternică asupra acestuia. Voi reveni în capitolul „Rezonanță și transfer–contratransfer“ asupra finețurilor acestui flux reciproc de energie. Doresc să menționez însă că tocmai datorită acestei relații mutuale dintre terapeut și client, un terapeut specializat în jocul cu nisip trebuie să prezinte în esență aceeași cunoaștere și experiență aprofundată a fenomenelor transferului și contratransferului ca și un analist jungian. Acest lucru nu este desigur întotdeauna posibil în măsura dorită, întrucât există, după cum e dovedit, diferite căi de pregătire profesională spre a ajunge terapeut specializat în jocul cu nisip, totuși mi se pare foarte important ca fiecare dintre acești terapeuți să aibă cunoștințe despre influența pe care o au fenomenele de transfer și contratransfer asupra desfășurării procesului terapeutic. Sigur că cel care învață trăiește cel mai bine experiența acestui lucru prin propria activitate cu jocul cu nisip. Un proces propriu al jocului

cu nisip și o analiză proprie aprofundată sunt de aceea premisele de bază pentru exercitarea acestei profesii.

Cerința față de un viitor terapeut specializat în jocul cu nisip de a parcurge sau, mai bine, de a participa la un proces propriu al jocului cu nisip și a trece printr-o analiză proprie aprofundată are un sens temeinic: analistul se transpune pe sine însuși prin contratransfer în procesul psihic de vindecare sau transformare a analizanzilor săi. Într-un sens mai global, putem spune și că el influențează evenimentul prin principiul rezonanței. Conform principiului rezonanței, însușiri latente ale analizandului sunt trezite prin însușirile analistului trăite activ și făcute să răsune, precum ajung să vibreze corzile aflate în repaus ale unei viori datorită corzilor răsunătoare ale altei viori.

Ne putem întreba acum pe bună dreptate care or fi oare corzile cele mai importante pe care un analist trebuie să le poată mânui, pentru a face să răsune în analizandul său acele corzi care favorizează și sprijină procesul de vindecare sau transformare. Părerea mea este că, pe lângă experiență teoretică și clinică, sunt necesare mai cu seamă stabilitate emoțională, o relație sănătoasă între Eu și inconștient și o mare creativitate.

Creativitatea are de-a face cu moartea și renașterea, cu capacitatea de a da drumul vechilor structuri psihice, acceptând altele noi sau creându-le noi înșine. Cu alte cuvinte, trebuie să putem abandona forme de viață vechi, care sunt ca o stavilă în fața vieții, spre a căuta și găsi altele noi, care favorizează viața. Astfel de procese de desprindere de vechi și găsire a ceva nou, sau de distrugere și reconstruire a unei viziuni asupra lumii și a unei atitudini față de viață, sunt însă mereu legate de anxietate. Atunci este important ca terapeutul să poată pregăti și pune la dispoziție în interior, în psihicul său,

și în exterior, în locul său de joc cu nisip, un spațiu stabil, liber de orice angoasă sau, cum îl numea Dora Kalff, un „spațiu liber și protejat“, pentru ca să se poată produce acolo o dizolvare psihică și o re-formare a pacienților săi.

Așadar, în terapia prin jocul cu nisip, această formare nouă are loc, după cum am spus, nu numai în interior, ci și în exterior, printr-o modelare și aranjare tot mereu diferită a nisipului, precum și a figurilor puse la dispoziție. Pentru a încuraja această modelare de forme, părerea mea este că ar trebui să rezistăm ispitei de a oferi prea multe figuri gata confecționate și să ne stimulăm pe cât posibil analizanzii să creeze figuri sau să le transforme. Printr-o remodelare exterioară continuă, se stimulează și o remodelare interioară. Principiul jocului cu nisip constă dintr-un circuit format din modelarea unei imagini în cutia cu nisip, preluarea lăuntrică a forțelor care acționează în modelare și dizolvarea imaginii în lumea exterioară. Urmează o remodelare și iarăși o preluare lăuntrică și dizolvarea în exterior.

În afara aptitudinilor tocmai zugrăvite, un terapeut specializat în jocul cu nisip are nevoie desigur și de o înțelegere foarte bună a simbolisticii evenimentului, a obiectelor și a structurii generale a imaginilor din nisip. Mi se pare tot mai mult că sunt indispensabile și cunoștințe despre corpul omenesc și bolile somatice, căci și aici există o interacțiune: pe de o parte, starea fizică se exprimă foarte adesea în imaginile din nisip, iar pe de alta, prin orice tip de activitate imaginativă, deci și prin crearea unei imagini în nisip este influențat nu numai sufletul, ci și trupul.

Includerea corpului și a lumii imagistice de reprezentare în psihoterapie devine, după opinia mea, tot mai importantă, întrucât aceste valori câștigă din nou și chiar trebuie să câștige considerabil în importanță comparativ cu gândirea logică

apreciată mult timp mai presus decât ele. Această idee este, desigur, răspândită printre analiștii jungieni, dar încă prea puțin transpusă în practică, în travaliul analitic.

Un alt motiv pentru care avem nevoie de o metodă terapeutică suplimentară constă în aceea că, în cabinetele noastre, caută ajutor tot mai mulți oameni cu tulburări foarte timpurii, narcisice, așa-numite tulburări ale relației primare. Asta ar putea proveni de la faptul că prin supraaccentuarea raționalității focalizate asupra unui scop, axată pe performanță în școli și viața profesională, latura instinctuală sensibilă, naturală a omului, mai cu seamă a mamelor, este deconcertată sau sărăcită. Multor mame le este în consecință greu să închege o relație firească și să se apropie cu dăruire de copilul lor aflat în proces de creștere sau devenire. Drept urmare, copilului îi lipsesc căldura afectuoasă, siguranța și protecția de care are nevoie mai cu seamă în primii ani de viață.[9]

Nu aș vrea totuși să învinovățesc aici în mod special mamele sau tații, căci aceștia sunt pesemne ei înșiși lipsiți de siguranță, protecție și căldură într-o societate în care solicitudinea reciprocă și simțul pentru o comunitate suportivă, umană sunt atât de puțin luate în considerare.

Așadar, jocul cu nisip se pretează în mod deosebit adulților și copiilor cu tulburări timpurii, deoarece el poate duce într-o manieră nonverbală, jucăuș-creatoare înapoi în straturile sufletești ascunse adânc ale primei copilării.

C.G. Jung descrie cum a privit, într-un anumit moment al vieții sale, retrospectiv, spre copilărie. În capitolul „Confruntarea cu inconștientul“, din *Amintiri, vise, reflecții*, scrie:

*Visele m-au impresionat, dar nu m-au putut ajuta să depășesc sentimentul de dezorientare. Dimpotrivă, trăiam ca sub o*

*constantă presiune internă. Uneori era atât de puternică, încât am presupus că trebuie să fie vorba la mine despre o tulburare psihică. De aceea, am parcurs de două ori în minte întreaga-mi viață, cu toate detaliile, mai cu seamă amintirile din copilărie; căci m-am gândit că ar putea exista ceva în trecutul meu care să fie luat în seamă drept cauză a tulburării. Dar trecerea în revistă n-a dat rezultat și a trebuit să-mi admit ignoranța. Atunci mi-am spus: „Cum tot nu știu nimic, o să fac de-acum încolo pur și simplu ce-mi vine.“ Acestea fiind zise, m-am lăsat conștient pradă impulsurilor inconștientului.*

*Mai întâi ieși la suprafață o amintire din copilărie, poate de pe la zece, unsprezece ani. Pe atunci eram pasionat de jocul cu cuburi. Îmi amintesc clar cum construiam căsuțe și castele și arcuiam porți cu bolți, ridicându-le pe deasupra unor sticle. Ceva mai târziu am folosit pietre naturale și lut în loc de mortar. Aceste construcții mă fascinară mult timp. Spre surprinderea mea, ieși la iveală tocmai această amintire, însoțită de o anumită emoție.*

*„Aha, mi-am spus, aici pulsează viața! Băiețelul încă este pe-aci pe undeva și are o viață creatoare, care mie-mi lipsește. Dar cum pot ajunge la ea?“ Pentru omul adult care eram eu mi se părea insurmontabilă distanța dintre prezent și cel de-al unsprezecelea an al vieții mele. Dacă voiam însă să restabilesc contactul cu acea perioadă, nu aveam încotro: trebuia să mă reîntorc la ea și să reiau la noroc viața de copil, cu jocurile-i copilărești.*

*Acest moment a reprezentat un punct de răscruce în destinul meu, căci după infinit de multe rezistențe și resimțind o resemnare extremă m-am pretat în cele din urmă la acest joc. Nu însă înainte de a trăi dureros umilința de a nu putea face cu adevărat nimic altceva decât a mă juca.*

*Așa că m-am pus pe treabă: am început să adun pietre*

*potrivite, parțial de la malul lacului, parțial din apă, după care am început să construiesc: căsuțe, un castel — un sat întreg.* [...]

*În fiecare zi construiam după masa de prânz, atunci când vremea o permitea. De îndată ce terminam de mâncat începeam să mă joc până ce apăreau pacienții; iar seara, când isprăveam mai devreme lucrul, mă întorceam la activitatea de constructor. În acest timp, gândurile mi se limpezeau și puteam înțelege fantasmele a căror prezență doar o presimțeam vag, doar o intuiam că zăcea în mine.*

*Bineînțeles că îmi făceam gânduri în legătură cu sensul jocului meu și mă întrebam: „Ce faci, de fapt? Construiești o mică așezare și săvârșești acest lucru ca pe un ritual!“ Nu știam care era răspunsul, dar aveam convingerea intimă că mă aflam pe drumul care ducea spre mitul meu. Căci construirea era numai începutul. Ea declanșă un flux de fantasme, pe care le-am notat mai târziu cu mare grijă.*

*Situații de acest gen au continuat să apară de-a lungul anilor. Ori de câte ori mi s-a mai întâmplat în viață să mă poticnesc, să mă împotmolesc, am pictat un tablou sau am prelucrat o piatră și întotdeauna asta a reprezentat un rite d'entrée pentru ideile și lucrările ce au urmat.*[10]

În acest text impresionant se găsesc câteva pasaje care sunt esențiale și pentru jocul terapeutic cu nisip. Jung scrie în prima parte a textului citat: „Acestea fiind zise, m-am lăsat *conștient* pradă *impulsurilor inconștientului*“. Exact asta face sau ar trebui să facă și cineva care „se joacă cu nisipul“. El se lasă de la început conștient pradă jocului inconștient al mâinilor sale, adică își ia de la început, în mod conștient și activ, propriul proces de vindecare în mâini, modelând o imagine în nisip. Această participare conștientă și activă este extrem de importantă într-o psihoterapie, pentru că îl ajută de la început pe omul suferind să-și depășească sentimentul de inferioritate

și pe acela de a se afla neajutorat la discreția terapiei și a terapeutului.

Ceva mai jos Jung spune: „... după *infinit de multe rezistențe* și resimțind o *resemnare extremă* m-am pretat în cele din urmă la acest joc. Nu însă înainte de a trăi dureros *umilința* de a nu putea face cu adevărat nimic altceva decât a mă juca.“ De această rezistență față de „nimic altceva“ decât jocul mă lovesc adesea în cabinetul meu. Joaca este pentru mulți oameni ceva inferior, o pierdere inutilă de timp, „apucături de copil“ lipsite de valoare. Ei chiar trăiesc joaca în cutia cu nisip ca umilitoare, pentru că nu pot să accepte poziția umilă de a se lăsa odată în seama mâinilor lor. Pentru a învinge această rezistență în analizand sau pentru a produce, cum spune Jung, „un punct de răscruce“, este nevoie, după părerea mea, de o atitudine foarte clară a terapeutului. Dacă acesta îl poate convinge pe analizand că „joaca“ este un element valoros și înseamnă și a modela, și a fi creativ, atunci pacientul își va băga mâinile în nisip și curând rezistența se va destrăma. Principiul rezonanței este valabil și aici: propria creativitate și atitudinea pozitivă, pornind din convingere lăuntrică, ale analistului față de jocul „copilăresc“ se transferă asupra analizanzilor.

În final, aș dori să revin la aceste fraze ale lui Jung: „În fiecare zi construiam după masa de prânz. [...] În acest timp, gândurile mi se limpezeau și puteam *înțelege fantasmele* a căror prezență doar o *presimțeam* vag, doar o *intuiam* că zăcea în mine.“ Vedem din nou cât de valoroasă este activitatea concretă, palpabilă de modelare. Fantasmele, fie ele pozitive, constructive, sau negative, distructive, presimțirile vagi și temerile incerte, care ne bântuie sau ne chinuie, devin prin configurarea lor în cutia cu nisip treptat vizibile și pot fi sesizate în sens dublu. Cei care „se joacă cu nisipul“ au acum posibilitatea să facă un pas înapoi și să se confrunte concret cu

imaginile lor interioare pe care până atunci doar le intuiseră vag. Ce ușurare pentru oamenii care suferă de angoase și fantasme inconștiente și impalpabile!

Povestindu-ne despre suferința sa și despre modul creativ de a o aborda, Jung ne-a dat și indicii fundamentale pentru jocul cu nisip: dăruire conștientă față de inconștient; acceptare umilă a propriei creativități copilărești în joc; o modalitate minunată în care, prin modelare concretă, pot fi făcute sesizabile acele inconștiente angoase și fantasme lăuntrice chinuitoare sau care tind în alt fel să ajungă în conștiință.

---

[5] Harding Gösta, *Spieldiagnostik*, Beltz, Basel/ Weinheim, 1972.

[6] Kalff, Dora M., *Sandspiel*, Rascher, Zürich/ Stuttgart, 1966.

[7] Jung, C.G., *Opere complete*, vol. 8, *Dinamica inconștientului*, „Funcția transcendentă“, Editura Trei, București, 2013, trad. de Viorica Nișcov, p. 110.

[8] *Op. cit*.

[9] În legătură cu tulburările foarte timpurii și cu cele narcisice, vezi Asper, Kathrin, *Verlassenheit und Selbstentfremdung*, Olten/ Freiburg i.Br., Walter, 1987.

[10] *Ed. cit*., pp. 182–183.

CAPITOLUL 2

# Inițiere în metoda jocului cu nisip

Forma clasică de terapie din psihologia lui C.G. Jung este analiza viselor. Aici are loc o confruntare între conștiință și inconștient, care se manifestă mai cu seamă în vise, dar și în viziuni, imaginații sau imagini pictate. Analistul încearcă să clarifice sau să interpreteze în discuția cu analizandul aceste manifestări ale inconștientului. Îl ajută astfel să găsească accesul la părțile personalității sale, până atunci inconștiente, necunoscute, precum și la diferite conținuturi din inconștientul colectiv care depășesc situația individuală, pentru ca apoi să se și confrunte cu aceste conținuturi și să le integreze în viață. Sunt prelucrate și problemele vieții cotidiene, precum și fenomenele „transferului“ și „contratransferului“, ce rezultă din situația unică a strânsei conlucrări dintre analist și analizand. O analiză jungiană este întotdeauna un proces care îi vizează și îi provoacă pe amândoi.

Acest lucru se petrece însă mai ales în discuția dintre analist și analizand, căci analiza este o formă *verbală* de terapie. Se înțelege de la sine că personalitatea analistului poate influența într-un mod foarte special desfășurarea analizei, prin forța și puterea cuvântului. Și analizandul poate face uz de aptitudinile sale verbale în scop pozitiv, dar el poate face și abuz de ele, spre a-și ascunde îndărătul lor natura sa adevărată. Limbajul este doar *o* posibilitate, chiar dacă foarte importantă, a exprimării omenești, și este legat în principal de conștiința rațională. Însă

limbajul este legat și de conștiința colectivă, culturală a unui grup etnic, adică a face analize în diferite limbi (cum se practică frecvent la C.G. Jung-Institut din Zürich cu cursanții săi aparținând atâtor nații diferite) înseamnă a ne cufunda prin limba străină într-o altă conștiință colectivă, dar și într-un inconștient cultural diferit. Din felul în care ne vorbește un om ne facem mai ales o idee asupra condiției sale spirituale, care poartă amprenta culturii sale. Dar multor oameni le vine greu să-și exprime prin vorbe emoțiile și sentimentele dacă nu au o înclinație specială în acest sens.

Bucuria și suferința, ca și anxietatea, furia sau dragostea cuprind întregul om, adică și trupul său. Adesea, corpul reacționează chiar cu câtva timp înainte ca noi să devenim conștienți că o emoție a pus stăpânire pe noi, de natura ei și de ceea ce a declanșat-o. Un om poate, de pildă, să încremenească de frică, trupul său este crispat, rigid, rece, inert. Oricine din afară vede că acestui om îi este frică. Dar cel în cauză nu are cuvinte pentru asta, el nu poate exprima verbal ce i-a declanșat angoasa, căci motivele nu îi sunt conștiente. Este însă posibil ca mâinile lui să modeleze „inconștientul“ într-o imagine, făcându-l astfel vizibil sau chiar recognoscibil.

Cu cât emoțiile și sentimentele sunt mai adânc ascunse în noi, cu cât amintirile noastre s-au recufundat mai adânc în inconștient sau cu cât o parte a personalității este mai depărtată de conștiință, cu atât mai greu găsim cuvinte ca să o exprimăm. Rămânem fără grai, dar avem alte posibilități de exprimare. Putem reprezenta prin dans, cântec, pictură, modelare ceea ce ne mișcă emoțional. Nu numai prin limbaj găsim o legătură cu semenii noștri, ci și prin corp, mai cu seamă prin mâinile noastre. Mâinile formează puntea dintre lumea noastră interioară și lumea exterioară. Cu mâinile putem să mângâiem, să alintăm și să lovim, putem să lucrăm, să prelucrăm, să

transformăm, să reprezentăm creator. Mâinile sunt mijlocitorul dintre spirit, suflet și materie, dintre reprezentarea interioară, sentimente și creația concretă. Prin acțiune devin vizibile energiile psihice existente, dar încă nevăzute. Mâinile sunt membre importante pentru dezvoltarea omenească.[11] Să ne gândim numai la însemnătatea meșteșugului și a diferențierii dintre meserii pentru întreaga dezvoltare culturală a omenirii.

La copilul mic putem observa de la început că învață prin folosirea mâinilor lui. Vrea să atingă, să apuce, să prindă tot, iar din tatonarea, apucarea, prinderea lui fizică se dezvoltă o cuprindere și percepție mentale. Înțelegerea abstractă și gândirea logică își au rădăcinile în experiența fizică. Drumul spre abstracțiune trece prin contemplare, intuiție și trăire, implicând corpul.

Faptul că prin modelarea creatoare cu mâinile (vezi fig. 1) pot fi făcute vizibile și recognoscibile forțele care acționează în profunzimea inconștientă a sufletului și că prin mâini sunt unite, interior și exterior, spirit și materie se află la baza metodei terapeutice a jocului cu nisip. La jocul cu nisip se acționează mai ales, de vorbit se vorbește puțin, dar în orice caz nu se interpretează nemijlocit și rațional.

În cadrul protector al cutiei cu nisip, care ține în interiorul său cele ce se întâmplă, având o dimensiune de circa 56 x 72 cm, analizandul reprezintă, cu ajutorul nisipului uscat sau umed și al multor figuri mici care i se pun la dispoziție, lumea sa personală, așa cum este constelată în el în acel moment; el își modelează în lumea „de aici și de acum“ microcosmosul său personal. Figurile amplifică forțele care acționează în el.

**Fig. 1:** Mâinile ca mijlocitor între spirit și materie

Analistul are o atitudine de observare, el schițează pe hârtie imaginea din nisip, mai târziu o și fotografiază. La fel de important ca schițarea și fotografierea imaginii finite în nisip este însă și de urmărit procesul formării imaginii, căci acesta îi dă analistului indicii importante despre comportamentul analizandului în situația terapeutică. El roagă analizandul să-i și relateze ce îi trece prin minte în legătură cu imaginea, ce l-a impresionat sau chiar l-a emoționat puternic în timp ce o realiza. În final, privește foarte atent împreună cu analizandul imaginea din nisip, înregistrează eventual în minte ce *vede* el în ea, *dar în acest moment nu o interpretează și nu o analizează*. Căci important este ca analizandul să poarte cu el după ședință, înlăuntrul său, imaginea microcosmosului său, *a lumii sale*, am putea spune, ca pe o „problemă care impresionează omul întreg“. Acolo ea își produce în continuare efectul emoțional

până la ședința următoare, în care el va modela iarăși o imagine nouă. Nisipul modelat este netezit de analist după ședință, pentru ca imaginea să nu mai continue să existe în lumea exterioară.

Nu ar fi corect să interpretăm imaginea din nisip imediat după formarea ei, căci atunci există pericolul să fie fixată intelectual, iar fluxurile emoționale și afective cu efect ulterior să fie întrerupte. Analizandul ar putea spune atunci: „Aha, asta e; aceasta este situația mea!“ Dar asta nu *este* încă, ci abia *va deveni* ceva nou. Diferitele imagini din nisip reprezintă numai stadii într-un lung proces psihic de transformare, care nu trebuie sub nicio formă tulburat sau blocat prin interpretări. Arta analistului constă, în această fază a terapiei, în a recunoaște ce se petrece în analizand, în a apăra și a sprijini procesul, în a interveni la nevoie, dar mai ales în a furniza numai atâta comentariu cât e necesar, pentru ca procesul să-și continue cursul în analizand. Spus cu ajutorul unei imagini: analistul are grijă ca micul foc de sub ceaunul în care fierbe procesul psihic al analizandului să nu se stingă, dar să nici nu ardă așa de puternic, încât conținutul să dea în foc ori să se distrugă.

Aș dori să adaug că o atitudine grijulie a analistului este adecvată și în analiza verbală și că la școala de psihologie analitică din Zürich ea se practică deja de mai mult timp în acest fel. Și în „analiza clasică“ trebuie interpretat doar atât cât analizandul să nu se simtă neglijat, ci sprijinit și încurajat în procesul său.

De altfel sunt de părere că la jocul cu nisip există diferite posibilități în ceea ce privește interpretarea. Ele decurg din felul în care se desfășoară procesul terapeutic. După experiența mea, există două modalități fundamental diferite ale derulării lui: *procesul curativ* și *procesul transformării* viziunii personale

asupra lumii.

*Procesul curativ* este eficient la pacienții care suferă de tulburări sau vătămări psihice formate încă înainte de naștere sau apărute în prima copilărie. Ei suferă, de pildă, de o așa-numită tulburare a relației primare care le face imposibil să crească într-o atmosferă sănătoasă de încredere în lume și în derularea propriei vieți. În aceste cazuri, procesul terapeutic conduce în straturile adânci de trăiri din timpul copilăriei mici, care se sustrag conștiinței și verbalizării. Energia psihică se duce atunci înapoi în inconștient, ajungând până la nucleul sufletesc sănătos. Imaginile și forțele totalității neperturbate sunt însuflețite și eficientizate prin jocul cu nisip și se ajunge la formarea unei baze sănătoase, pe care devine posibilă o edificare nouă a personalității.[12]

În procesul curativ, analizandul trăiește foarte intens transformarea care se petrece în el, o interpretare analitică directă fiind superfluă sau deranjantă. Și într-un moment ulterior, o interpretare este adesea inoportună sau indezirabilă, ceea ce este în orice caz valabil pentru copii și pentru acei adulți care nu pot sau nu vor să obțină în cursul procesului lor o conștiență rațională. La ceilalți, și mai cu seamă la cei care studiază și care trebuie să se supună unei analize didactice, sunt de părere că este chiar foarte important ca, după derularea unui proces de transformare, adică atunci când s-a atins o nouă treaptă în dezvoltare, diapozitivele seriei de imagini în nisip să fie văzute, examinate temeinic și interpretate, așa cum am proceda cu o serie de vise. Am făcut în acest sens experiența importantă că după desfășurarea procesului de modelare care, firește, poate să dureze luni sau ani, mulți analizanzi devin apți să își interpreteze ei înșiși, în mod judicios, imaginile din nisip. Ei au trăit experiența forțelor tămăduitoare care rezultă din ceea ce configurează și

reprezintă ei în nisip, iar această experiență produce o creștere și maturizare lăuntrică.

Altfel se derulează *procesul transformator*. Aici este vorba despre oameni care au în mare o temelie sănătoasă a vieții și un Eu stabil, dar a căror viziune asupra lumii a devenit prea îngustă, prea unilaterală sau stagnantă. Ei simt că ceva în ei nu este în regulă, sunt agitați, apăsați, poate chiar depresivi sau bolnavi. Unii chiar simt clar (poate din diferite acte ratate sau din visele lor) că în ei se pregătește o schimbare sau că devine necesară o lărgire a conștiinței, iar atunci intră în mod conștient în proces, și nu mânați de suferința lor inconștientă.

Din procesele transformatoare fac parte și confruntările cardinale cu părțile personalității aflate încă în urmbă, procesele de transformare din zona femininului (vezi Capitolul 10) sau întâlnirea cu Sinele ca imagine divină (vezi fig. 2). Aceste transformări psihice, care modifică fundamental atitudinea unui om față de universul său interior și exterior, presupun o conștiință sănătoasă a Eului și un sentiment sănătos al stimei de sine și formează etape în procesul de individuație al unui om.

**Fig. 2:** Imagine în nisip realizată de un bărbat de 45 de ani; întâlnirea cu Sinele ca imagine divină

În aceste cazuri, analizandul se va confrunta mai intens cu diferitele lui imagini în nisip, va dori să le releve semnificația și să o conștientizeze. Atunci poate și analistul să arate mai clar felul în care vede el imaginea și să formuleze cu prudență interpretări. Dar și aici se recomandă rezerva, căci nu trebuie să uităm că viziunea care nu mai concordă acum asupra lumii trebuie mai întâi lăsată în urmă și anihilată, pentru ca una nouă să se poată înfiripa. Datorită îndelungatei sale experiențe, analistul și-a făcut desigur o părere despre felul cum se configurează acest lucru nou, însă el nu ar trebui să împiedice niciodată printr-o interpretare imprudentă o soluție complet nouă, imprevizibilă. După încheierea procesului, mi se pare și în aceste cazuri importantă o analizare atentă și temeinică a diapozitivelor.

La jocul cu nisip, procesul global de transformare, care implică psihicul și trupul, se derulează deci prin modelare creatoare cu mâinile, mai ales într-un mod nonverbal și este interpretat verbal abia după încheierea lui, în conformitate cu conceptele psihologiei analitice. De aceea nu aș descrie, din felul cum înțeleg eu problema, metoda jocului cu nisip ca fiind esențialmente nonverbală.[13] Dar, după cum am spus, există pe parcursul unei astfel de terapii faze clar diferite între ele. Faza preponderent săracă în cuvinte, noninterpretativă, configurativă este cea care precedă faza în timpul căreia analistul adoptă o atitudine de protejare, de susținere, de înțelegere empatică. El se concentrează total asupra procesului analizandului său și îi transmite prin ceea ce este el, analistul, și nu prin ceea ce vorbește el, încrederea sa în procesul de autovindecare a psihicului. Aceste intervale de timp tăcute dintr-o oră de terapie, în care se vorbește foarte puțin sau nu se vorbește deloc, sunt extraordinar de frumoase și de valoroase. Nu este o liniște produsă de jenă, ci o tăcere conștientă. Analistul și analizandul se dedică împreună lumii interioare a analizandului și își sunt foarte aproape în acest moment.

În faza următoare a prelucrării analitice a diapozitivelor imaginilor din nisip, analistul adoptă mai degrabă poziția unui partener de discuție, care îl ajută pe analizand să recunoască, să ordoneze, să interpreteze, totul cu scopul de a pune mesajul imaginilor în legătură cu trăirile analizandului. În această fază, îi rog adesea pe analizanzii mei să își aducă jurnalul intim sau jurnalul de vise, pentru ca imaginile în nisip, visele și trăirile diurne să poată fi conectate între ele.

Cele două faze diferite dintr-o terapie prin jocul cu nisip îl provoacă nu numai pe analizand, ci și pe analist, în moduri diferite. În timpul fazei modelatoare, la mine devin mai eficiente forțele instinctuale, fizice, care se bazează pe o

percepție senzorială fină, pe fler și pe intuiție și pe o legătură empatică, emoțională cu analizandul. Asta nu se petrece inconștient, ci printr-o orientare conștientă spre această atitudine mai degrabă receptivă, care îl cuprinde pe om ca tot. În procesul analitic de prelucrare care urmează sunt folosite mai mult forțele ordonatoare, ce diferențiază clar rațiunea și sentimentul, ca funcții evaluatoare subiective.

Cel mai bine putem explica desigur cele două atitudini diferite prin funcțiile diferite ale celor două emisfere ale creierului.[14] Emisfera dreaptă (care își produce efectul asupra părții stângi a corpului) lucrează cu imagini de reprezentare globale, nonverbale și joacă un mare rol în prelucrarea informațiilor emoționale. Importantă mi se pare și cunoașterea faptului că reprezentarea despre corp este amplasată în emisfera dreaptă.[15]

Emisfera stângă (care își produce efectul asupra jumătății drepte a corpului) este orientată verbal și legată de gândirea logică, direcționată spre un țel precis. Ea lucrează rațional și analitic.

Părerea mea este că, la diferitele atitudini terapeutice, într-un caz este mai solicitată funcția emisferei drepte și în celălalt funcția celei stângi. Niciuna dintre ele nu este mai bună sau mai rea, ele rezultă din niște perspective diferite, în funcție de cerințele diferite din cadrul procesului terapeutic. În procesele la care se vizează o transformare a viziunii asupra lumii, se recurge la cele două puncte de vedere mai mult sau mai puțin simultan și echilibrat.

Însă în acest loc este important pentru mine să menționez că folosirea echilibrată a celor două jumătăți cerebrale nu numai că se răsfrânge pozitiv asupra analizandului, ci este esențială și pentru sănătatea mentală, emoțională și fizică a analistului. Am constatat că, în zilele în care alternează metoda

jocului cu nisip cu cea a analizei clasice de vise, obosesc mult mai puțin sau mă simt mult mai puțin epuizată decât în zilele în care o analiză verbală este urmată de o alta. Munca analitică verbală te sleiește de puteri. De aceea ar fi foarte util pentru sănătatea profesiei noastre dacă s-ar acorda mai multă atenție, printre analiștii jungieni, metodei jocului cu nisip. Atunci nu s-ar folosi în analiza verbală doar imagini pictate ocazional, ci terapeutului i-ar sta la dispoziție o metodă suplimentară, care include un tratament pe plan fizic, imagistic–configurativ și emoțional.

Dacă privim din perspectiva analizandului cele două căi de acces la procesul terapeutic și efectul lor retroactiv, constatăm următoarele: în prima fază, cea de modelare, el este îndepărtat de conștiința critică, rațională. Gândirea intelectuală, neraportată la realitatea materială concretă, pentru care au fost educați mulți oameni și a cărei victimă sunt adesea, în sens desigur negativ, nu este abordată în jocul cu nisip, ci este chiar evitată prin această metodă. Stimulate sunt în schimb forța plastică de imaginație și simțurile, mai cu seamă simțul tactil, atât de important la om. Forța de imaginație și relația senzorială cu realitatea se unesc sub activarea emoțiilor și a afectelor în imaginea din nisip. Interacțiunea fină dintre imaginație, corp, materie și emoționalitate o voi evoca mai pe larg în Capitolul 5 despre imaginație.

În faza a doua, a prelucrării analitice ulterioare a imaginilor în nisip, la analizand este activat darul observației, el trebuie să rețină diferitele figuri în poziția lor și în relaționarea lor reciprocă, pentru ca apoi să evalueze și să prelucreze aceste informații din perspectiva afectului și a gândirii. Acest tip de gândire nu este deci desprins de realitate sau heteronom, prin opiniile altora, ci este raportat la ceea ce chiar există în imagine și la ceea ce analizandul a trăit cu

adevărat.

Experiența arată că procesul unui joc cu nisip îl solicită pe analizand pe toate planurile gândirii și simțirii sale, îl confruntă cu laturile sale conștiente și inconștiente și îi indică totodată posibilitățile și capacitățile sale de dezvoltare. Sigur este că în cadrul acestei metode analizandul trebuie să pășească în eveniment ca un tot, psihic și fizic, deci cu o dăruire totală față de ceea ce face și de ceea ce se petrece cu el. Căci el joacă un joc foarte serios și semnificativ, își reprezintă într-un spațiu concentrat lumea. Denumirea „jocul lumii“ pentru această metodă de terapie ar fi foarte adecvată, însă „jocul cu nisip“ exprimă, în calitatea sa de „joacă cu nisipul“, legătura cu psihicul într-un chip foarte frumos, deoarece nisipul are în stare uscată caracteristicile de prelingere, curgere a apei, iar în stare umedă este compact și modelabil ca pământul. Energia curgătoare din mișcare și energia latentă din forma găsită marchează însă și viața psihică, într-o alternanță ce va vibra mai mult sau mai puțin armonios. Există momente în care suntem într-o căutare agitată, în care pietrele edificiului personalității noastre nu mai stau unele peste altele, bine îmbinate între ele, în care conceptele noastre morale se clatină, se modifică. Atunci suntem în interior sau în exterior fără adăpost, totul e în mișcare, suntem într-adevăr plecați în pribegie. După aceste faze de neliniște, lucrurile încep însă din nou să se așeze, casa sufletului nostru este reconstruită, eventual cu pietre noi, dar poate și cu cele vechi îmbinate unele cu altele într-un mod nou. Găsim o formă nouă de viață care ne dă un timp sentimentul de liniște și echilibru — până ce în profunzimea sufletului, venind dinspre arhetipul Sinelui, se constelează iarăși o schimbare și se inițiază un nou proces de transformare.

Această curgere a energiei psihice într-o mișcare de căutare

și o găsire de forme, urmată de o altă curgere și de o altă găsire de forme, nu se poate reprezenta probabil prin niciun alt material într-un mod atât de adecvat ca prin nisip. Nisipul și psihicul au ceva comun.

Am atras deja atenția că omul care modelează în cutia cu nisip este angrenat pe de-a-ntregul în activitatea sa și că în analiza clasică a viselor nu cunoaștem o astfel de interacțiune directă între corp și psihic. Desigur că și acolo este determinant pentru reușită să poată fi transpuse cunoașterile din analiză în realitatea vieții cotidiene. În afara prelucrării fenomenelor de transfer și contratransfer ivite, care pot să apară desigur nemijlocit în ședința de analiză, analistul are însă cunoștințe directe relativ reduse despre realitatea exterioară a analizandului. El depinde de relatările făcute de acesta despre viața sa de zi cu zi și trebuie să se bizuie pe sinceritatea lui și pe capacitatea de rememorare în povestirea viselor și redarea contextului respectiv. Se întâmplă însă adesea ca, din motive morale, unele vise importante să fie uitate sau să fie cenzurate la povestire. În afară de aceasta, este în orice caz aproape o artă să zugrăvești un vis în așa fel încât analistul să se poată transpune într-adevăr empatic în situația povestitorului și să nu trebuiască să umple, pe ecranul său interior, scheletul visului cu propria sa imaginație. Repovestirea unui vis ascunde de multe ori pericolul că nuanțările și starea emoțională a trăirii onirice nu sunt suficient luate în considerare, ci se tinde prea repede să se ajungă la evaluarea mesajului visului.

La jocul cu nisip, lucrurile stau puțin altfel. Pericolul evaluării morale este mic, întrucât analizanzii nu știu în general cum trebuie să arate o imagine în nisip „bună“ sau una „proastă“. La această metodă nu prea te poți ascunde, nici îndărătul vorbelor, nici „băgând capul în nisip“! Asta poate fi la începutul terapiei destul de greu pentru analizand, căci

analistul are posibilitatea, prin prezența sa concentrată în timpul întregii ore, să observe fiecare detaliu în cutia cu nisip și fiecare mișcare a analizandului. Așa și trebuie să fie, dar asta presupune că analistul poate să asculte, să simtă și să privească obiectiv și precis. Numai astfel capătă informații exacte asupra stării analizandului său; ceea ce înseamnă însă și că acest mod de a „privi“, de a „simți“ și de a „asculta“ trebuie să se petreacă foarte discret, pentru ca acela care modelează nisipul să nu se sperie sau să devină nesigur pe el. El trebuie să se simtă liber și să poată acționa spontan. El lucrează mai mult sau mai puțin inconștient și adesea nu știe ce figuri și unde le-a folosit. Dar analistul a înregistrat asta datorită observării sale exacte, ceea ce poate să exercite deja un efect asupra stării în care se află analizandul. Este uimitor câte mesaje merg în ambele direcții, între analizand și analist, fără să se rostească un cuvânt!

După părerea mea, este foarte important ca analistul și analizandul să privească împreună, în detaliu, imaginea finită. Analizandul realizează astfel ce a făcut și învață să privească diferitele elemente disparate în relaționarea lor reciprocă. El încearcă să se orienteze în propria-i imagine despre lume, nu prin interpretare, ci mai întâi privind cu precizie.

Folosirea fină a simțurilor, mai cu seamă privirea exactă a realității, o consider o premisă indispensabilă pentru o ancorare sigură a unui om în această lume, căci lumea exterioară, concretă are un efect enorm asupra lumii interioare, sufletești. Suntem obișnuiți să gândim că lumea interioară, sufletesc-spirituală se exprimă, putem spune se incarnează, în lumea exterioară, dar și reciproca e valabilă. Mediul ambiant creat de om și natura se răsfrâng asupra sufletului. Există un schimb permanent între interior și exterior, între psihic și mediu.[16]

De pildă, observarea atentă a lumii vegetale, a esenței și

creșterii sale, ne conferă cunoașterea unei ordini și legități care ne aduce siguranță și orientare. Cunoașterea instinctuală, profundă a lumii vegetale ce se schimbă permanent în decursul anotimpurilor, a morții și reînverzirii naturii îi dă unui om siguranță în ceea ce privește propria-i viață vegetativă. Va conștientiza, de exemplu, faptul că fenomenul creșterii a ceva aflat în devenire necesită timp, liniște și ocrotire. Că este vorba la acest ceva aflat în devenire de o muncă creatoare sau de o înnoire a viziunii asupra lumii, poate de o analiză sau, foarte concret, de o graviditate — cei care sunt familiarizați cu natura creșterii nu vor manifesta nici nerăbdare, nici zor. Ei își vor îndrepta răbdători și atenți interesul către ceea ce se află în devenire. Dar nu stăm oare prost, în societatea noastră actuală, tocmai cu această cunoaștere și respectare a legilor naturii? Câte femei care așteaptă un copil nu pot sau nu vor să-i dea sufletește și fizic spațiul pașnic, sănătos de care are el nevoie pentru a se dezvolta? Și câți bărbați, chiar și profesioniști respectați, nu cred că o boală psihică sau o reorientare pe plan sufletesc ar putea fi în scurt timp ținută sub control și că ar putea să „construiască“ o soluție a problemelor?

Mie mi se pare că necunoașterea și dezinteresul față de procesele din natură se răsfrâng cât se poate de negativ asupra încrederii ancestrale a unui om în viața sa pe această lume. Neluarea în considerare sau chiar disprețuirea proceselor naturii aparent firești, nespectaculoase se extinde în chip dăunător și asupra corpului omenesc. Corpul devine atunci sora mai puțin respectată a spiritului favorizat. Nu mă refer desigur la trup ca obiect care să fie expus la fitness și frumusețe, ci la corp ca parte a totalității noastre, care este legată de lumea materială concretă și supusă legilor ei de devenire, scurgere și pieire.

Putem spune că trupul este mai puțin respectat, dar putem

spune și că spiritul se detașează în mod fatal de condiționările pământești, omenești. Putem observa în diferite forme aceste zboruri ale minții sau fantasme detașate, de exemplu în beția drogurilor sau a alcoolului, în teoretizările fără cap și coadă, în cufundarea în reverii îndelungate sau în anumite practici psihologice care vizează o inflație (umflare) a personalității. Din acest motiv nu trebuie neglijate într-un tratament terapeutic nici corpul ca parte materială a totalității personalității noastre, nici mediul ambiant concret, altminteri există pericolul unei scindări între lumea abstractă, spirituală și cea materială. Căci, după cum am spus, între lumea spirituală și cea materială există o permanentă interacțiune. Neglijarea uneia determină o lipsă în cealaltă, iar orientarea atentă spre una dintre ele duce la o îmbogățire a celeilalte.

Ca să mai subliniem încă o dată importanța extraordinară a naturii pentru sufletul omului, aș dori să-l citez pe Laurens van der Post, marele scriitor și cunoscător al lumii exterioare și interioare:

*O cercetare a istoriei Europei, civilizația din care provine cea mai mare parte a valorilor noastre, arată cum cu timpul s-a produs o sciziune catastrofală în cultura omenească. Cu cât am devenit mai raționali, cu atât am pierdut mai mult contactul cu acea încredere ancestrală „de a fi știut“ (de către altul) și sentimentul apartenenței. Această sciziune a provocat în inima și în mintea noastră pierderea capacității de a avea sens.*

Iar mai departe scrie:

*Poate singurul om cu adevărat mare pe care l-am cunoscut vreodată, Carl Gustav Jung, mi-a povestit cum a descoperit, spre adânca sa mâhnire, în copilărie, că pe lume există două stări de spirit: una pe care a numit-o conștiința naturală sau conștiința rurală, și o alta, cea urbană. Aceasta i se părea, ca și mie astăzi,*

*din zi în zi mai nereală, mai înspăimântătoare și mai de coșmar, iar dorul său de o întoarcere la conștiința naturală sau rurală devenea tot mai mare și mai presant. „Cu cât mă familiarizam mai mult cu viața înspăimântătoare a orașelor, cu atât mai puternică devenea convingerea mea că ceea ce cunoșteam eu aici ca realitate nu era deloc realitate, ci o distorsionare și denaturare a spiritului uman, care se dădea ea însăși drept „realitatea“. Tânjeam după acea realitate care, din câte aveam senzația, îmi lipsea sau pe care o pierdusem. Voiam să văd realizată viziunea lumii ca ținut între râuri și păduri, cu oameni și animale, cu sate mici, scăldate în soare, cu o cunună de nori trecând pe deasupra lor, cu nopți clare și întunecate — o lume în care se pot întâmpla lucruri minunat de incerte și de neprevizibile. Iar lumea naturii care ne înconjoară ar fi atunci ținutul deschis, nu pur și simplu un loc pe hartă, ci lumea Domnului, rânduită de el și umplută cu o semnificație tainică.*[17]

Așa scrie Laurens van der Post despre consecințele pe care le are neglijarea naturii exterioare și interioare asupra sufletului omului. Și în gândurile lui Jung citate de Laurens van der Post este exprimat dorul după conștiința naturală și semnificația pe care o dă Jung naturii libere, rânduite de Dumnezeu și pline de sens.

Inițierea în jocul cu nisip nu ar fi completă din perspectiva mea fără menționarea paralelelor izbitoare dintre jocul cu nisip și alchimie. De când pot să relaționez între ele cele două domenii, mă preocupă legătura, importantă în ambele metode, dintre executarea materială, concretă și prelucrarea teoretică, psihologică a procesului. În alchimie, executarea concretă se numea „operatio“, iar prelucrarea teoretică, „theoria“. Ambele se uneau în „opus“, *opera alchimică*. În alchimie, imaginația joacă, așa ca în jocul cu nisip, un rol important ce rezultă din

interacțiunea componentei materiale, fizice, cu cea psihică.

Jung remarcă în *Amintirile*[18] lui, în legătură cu munca sa la textele alchimice, cum a perceput foarte curând o concordanță stranie între psihologia analitică și alchimie. A făcut descoperirea că experiențele alchimiștilor coincideau cu ale sale și că lumea alchimiștilor era într-un anume sens lumea lui proprie. Găsise astfel pandantul istoric la psihologia inconștientului, întemeiată de el, care căpăta în acest fel un teren istoric. Posibilitatea comparării cu alchimia, ca și continuitatea până înapoi la curentele religioase ale gnosticismului în jurul nașterii lui Hristos i-au dat substanța. Prin preocuparea cu textele vechi, totul și-a găsit pentru Jung locul: lumea de imagini a fanteziei, materialul empiric pe care-l adunase din activitatea sa practică în cabinetul medical și concluziile pe care le trăsese din ea au început să se ordoneze atunci într-un mod judicios și semnificativ.

Într-un alt loc foarte important[19] Jung scrie că alchimia a făcut o muncă preliminară esențială pentru psihologia inconștientului: pe de o parte, lăsând în urma ei, în mod neintenționat, prin acumularea mare a simbolisticii ei, un material ilustrativ extrem de valoros pentru interpretarea modernă a simbolurilor, pe de altă parte, pentru că a indicat prin eforturile ei sintetice deliberate niște proceduri simbolice pe care le regăsim în visele analizanzilor noștri. Jung scrie mai departe că întreg procesul alchimic al contrariilor poate să reprezinte la fel de bine drumul individuației unui om în parte, ce-i drept cu deosebirea că niciun om în parte nu atinge vreodată bogăția și amploarea simbolisticii alchimice. Avantajul celei din urmă constă tocmai în aceea că au edificat-o secolele, pe când cazul individual dispune, în scurta-i viață, numai de o experiență și o capacitate de reprezentare limitate.

Așa cum simbolistica alchimică este extraordinar de

valoroasă pentru amplificarea materialului oniric, este utilă și în interpretarea imaginilor din nisip. Tot așa putem să vedem paralelele dintre diferitele etape în procesul alchimic și procesele psihice de transformare, mai cu seamă individuația, și pentru lucrul cu nisipul. Procesele psihice decurg tot mereu după modele asemănătoare, general valabile; de aceea găsim în structura de bază a analizei onirice și a jocului cu nisip desfășurări de procese și simboluri similare celor din alchimie, numai că ele se exprimă prin mijloace și forme diferite.

Mi se pare necesar să mai revin o dată asupra operei alchimice, pentru că aici se poate găsi cea mai importantă legătură cu jocul cu nisip. Jung scrie în *Psihologie și alchimie* referitor la opera alchimică:

*Baza alchimiei este opera (opus). Aceasta este alcătuită dintr-o parte practică, „operatio“ propriu-zisă, pe care trebuie să ne-o imaginăm ca pe o experimentare cu corpuri chimice... Întunericul adânc acoperind procedura chimică provine din faptul că alchimistul se interesează, ce-i drept, de latura chimică a lucrării sale, dar pe de altă parte o folosește pe aceasta ca să găsească o nomenclatură pentru transformările psihice care-l fascinează de fapt... Metoda alchimică în sens psihologic este cea a amplificării nelimitate. „Amplificatio“ este adecvată întotdeauna acolo unde este vorba despre un eveniment obscur, ale cărui indicii sărăcăcioase trebuie înmulțite și extinse prin contextul psihologic, pentru ca să devină inteligibil. De aceea folosim și în psihologia (analitică) complexă „amplificatio“ în interpretarea viselor; căci, pentru înțelegere, visul este un indiciu prea sărăcăcios, care trebuie în consecință îmbogățit prin material asociativ și analog, și amplificat până ce devine inteligibil. Această „amplificatio“ formează a doua parte din „opus“ și este înțeleasă de alchimist ca „theoria“.*[20]

Figura 3 explică în mod plastic cele două laturi care conlucrează în opera alchimică. În dreapta vedem un bărbat care acționează practic în laborator, el reprezintă „operatio“, executarea practică. În stânga stau trei bărbați, un abate, un călugăr și un laic, și discută; ei reprezintă „theoria“, latura teoretică a operei. În mijloc se află pe sobă trepiedul cu vasul alchimic,

centrul propriu-zis al evenimentului, în care se produce transformarea lentă a substanței.

**Fig. 3**: Reprezentarea istorică a operei alchimice. În dreapta, bărbatul care acționează practic („operatio“), în stânga discută un abate, un călugăr și un laic („theoria“), în centru, vasul alchimic. Michael Maier: Tripus aureus (1618), p. 373.

Textul și ilustrația îmi par a exprima clar relația dintre alchimie și jocul cu nisip. Și la jocul cu nisip se îmbină

„operatio“, munca practică în cutia cu nisip, și „theoria“, prelucrarea teoretică a evenimentului. Să ne imaginăm cutia cu nisip, la figurat, ca pe vasul alchimic în care se produce transformarea substanței psihice. Este locul protejat, un soi de uter, pântecele matern, în care devine posibilă o reînnoire și renaștere globală. Această reînnoire se configurează prin forța tămăduitoare și transformatoare a imaginației.

---

[11] Blechschmidt, Erich, *Wie beginnt das menschliche Leben*, Christiana-Verlag, Stein am Rhein, 1989, pp. 147 și urm.

[12] Vezi Ammann, Ruth, *Eine Kinderanalyse anhand von Sandbildern*. Lucrare de diplomă la C.G. Jung-Institut, Zürich, 1979.

[13] Weinrib, Estelle, *Images of the Self*, Sigo Press, Boston MA, 1983.

[14] Eccles, John C., *Das Gehirn des Menschen*, Piper, München, 1984.

[15] Achterberg, Jeanne, *Die heilende Kraft der Imagination*, Scherz, München, 1987, mai ales capitolul „Wissenschaft und Imagination“.

[16] Ammann Ruth, *Traumbild Haus*, Walter, Olten/Freiburg i. Br., 1987, mai cu seamă capitolul I: „Die Wechselwirkung zwischen Mensch und Haus“.

[17] Van der Post, Laurens, „Die Wildnis im Garten der Seele“, în *Sphinx-Magazin*, caietul 32, iunie/iulie 1985.

[18] Jung, C.G., *Amintiri, vise reflecții*, *ed. cit*.

[19] Jung, C.G., *Mysterium Coniunctionis*, în *O.C.*, vol. 14/2, Editura Trei, București, 2006.

[20] Jung, C.G., *Psychologie und Alchemie*, în *GW*, vol. 12, Walter, Olten/Freiburg i. Br., 1972, pp. 332 și urm.

CAPITOLUL 3

# Idei referitoare la nisip — joc — spațiu

În centrul încăperii în care se desfășoară terapia prin jocul cu nisip se află la înălțimea mesei o cutie cu nisip, care are o suprafață de circa 56 x 72 cm, ceea ce corespunde câmpului vizual al persoanei care stă în fața cutiei. Cutia are o adâncime de vreo opt centimetri și este umplută cu nisip fin, ceea ce permite să se lucreze în adâncime și în înălțime. Fundul cutiei este vopsit în albastru, pentru a trezi impresia de apă, dacă se dorește acest lucru. Nisipul poate fi desigur amestecat și cu apă adevărată, pentru a-l face mai ușor de modelat sau pentru a realiza, de exemplu, un peisaj mlăștinos. Întrucât nisipul nu se usucă de la o oră la alta, este bine de pregătit două cutii cu nisip, pentru a avea mereu la dispoziție și nisip uscat. Mulți terapeuți țin la îndemână niște nisip uscat și altul deja umezit. Eu le las analizanzilor mei plăcerea de a uda nisipul parțial sau complet cu apă și de a-l amesteca după aceea. Frământarea și modelarea în nisip produc bucurie, iar „bucuria“ este întotdeauna de ajutor și are efect vindecător în practica psihoterapeutică!

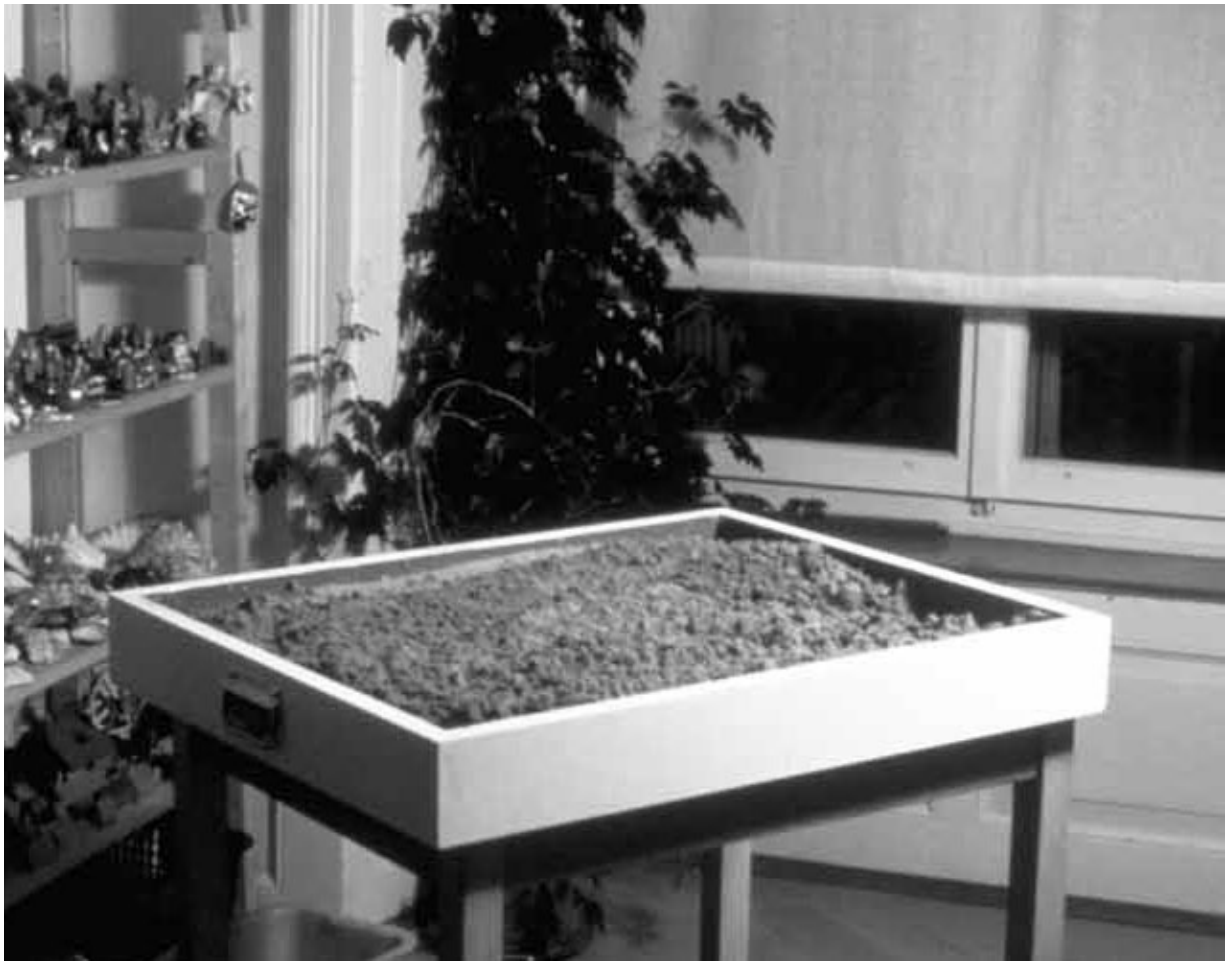


**Fig. 4:** Cutie cu nisip în încăpere

Pe lângă acestea, analizandului îi stau la dispoziție numeroase figuri mici, miniaturi: oameni din diferite epoci și în diferite funcții, animale, pomi, plante, case și uneltele care țin de ele, construcții sacre și simboluri religioase, poduri, mașini, dar și pietre, lemne, bile de sticlă și pietricele din sticlă colorată, scoici și materiale brute de tot felul pentru ca să confecționeze el însuși tot ceea ce nu există acolo (vezi fig. 5). Nu vom găsi niciodată toate figurile dorite, dar tocmai asta îl incită pe analizand să creeze el însuși. Important nu este atât numărul figurilor, cât conținutul lor simbolic. Vom avea deci grijă să nu existe doar obiecte luminoase, prietenoase, frumoase, ci și unele respingătoare, întunecate, urâte și înspăimântătoare.

Importante sunt și figurile simbolice din culturi străine, pentru reprezentarea a ceea ce este complet diferit, străin în psihic.

**Fig. 5:** Figuri și scoici

Analizandul configurează deci în nisip exact ceea ce se constelează în el spontan în ora aceasta. Este complet liber să facă sau să lase ce-i place; analistul nu-i dă indicații. Poate folosi miniaturi dacă i se pare necesar, însă adulții lucrează adesea doar plastic cu nisipul. Nisipul este materialul care reprezintă necunoscutul, inconștientul. Așadar, dacă cineva lucrează doar cu nisipul înseamnă de cele mai multe ori că se duce adânc înapoi în inconștient, în cea mai fragedă copilărie sau în sfera corporală.

Să revenim încă o dată la forma și la spațiul cutiei cu nisip: unii terapeuți critică forma dreptunghiulară a cutiei. Ei sunt de părere că ar trebui să fie pătrată sau rotundă, întrucât aceste forme ar stimula concentrarea și centrarea psihică. Eu consider asta foarte greșit. Să ne gândim numai la efectele complet

diferite care emană de la un spațiu pătrat, unul rotund sau unul dreptunghiular. Din cauza dimensiunilor sale inegale, spațiul dreptunghiular declanșează tensiune, neliniște, poftă de mișcare, chef de înaintare. Spațiul pătrat sau rotund produce în schimb echilibru, calm, concentrare asupra mijlocului. Am putea compara însă procesul analitic cu o permanentă căutare a centrului într-un spațiu necentrat. Omul stă ba prea la dreapta, ba prea la stânga sau oscilează între prea sus ori prea jos (ceea ce se vede în cutia cu nisip dreptunghiulară în faptul că analizandul lucrează clar pe înălțime sau pe lățime), până când își găsește în cele din urmă centrul, cercul *său personal* în dreptunghiul cutiei cu nisip.

Încă niște idei despre cutia cu nisip ca spațiu al evenimentului: știm cu toții că manifestările vieții au nevoie de spații ca să se desfășoare sau că spațiile goale fac și să se nască viața, căci îl ademenesc pe om să umple spațiul gol cu viață.[21]

Să luăm niște exemple simple. Punem o foaie goală de hârtie în fața unui copil și îi dăm creioane colorate — el va începe în mod normal să deseneze fără a ezita. Sau îi dăm copilului o cutie cu nisip și niște miniaturi — va începe repede să se joace în nisip. El formează munți și văi, lacuri și păduri, construiește străzi și case, pune oameni și animale înăuntru, până ce spațiul gol este umplut cu viață. În ipoteza în care copilul are voie să se joace pur și simplu și nu este forțat să execute ceva anume prin reprezentările lui, cutia cu nisip neatins se va umple curând cu imaginile vii ale lumii sale interioare. Aceste imagini se află acolo și vor să-și ia zborul afară, au doar nevoie de spațiul necesar. De aceea, și copiii cu dificultăți psihice sunt atrași aproape magic de cutia cu nisip din cabinetul de terapie.

Se înțelege de la sine că nu numai copiii, ci și adulții au nevoie de spații goale de tot felul pentru a-și lăsa fantezia să

zburde și pentru a da formă imaginilor lor interioare. Îngustimea și supraaglomerarea din spațiile noastre vitale, care nu mai lasă loc schimbărilor și rearanjărilor, sunt dușmani ai fanteziei și ai procesului vieții, ceea ce nu este valabil numai pentru lumea exterioară, ci și în sens figurat, pentru spațiile vitale psihice. Capetele sunt ticsite cu știință și informații de tot soiul, urechile sunt pline de vacarmul străzilor, de gălăgia radioului și de zgomotul interior, inimile sunt supraîncărcate cu emoții și sentimente ce s-au tot acumulat.

Din acest motiv este lesne de înțeles că și adulții se simt atrași spontan de cutia cu nisip neatins, unde totul este încă posibil, mai cu seamă dacă se pot apuca să-și realizeze imaginea în mod liber și fără constrângerea vreunei performanțe de îndeplinit. Dar nu trebuie să uităm că oamenii care caută ajutorul într-un cabinet psihoterapeutic nu pot în general să execute de la bun început cu ușurință imagini în nisip. Adesea se tem de cutia cu nisip neatins sau de o foaie goală de hârtie, deoarece din acea vacuitate ar putea să vină înspre ei propriile figuri de umbră, făpturi demonice sau imagini de groază (vezi fig. 6). La oamenii cu tulburări narcisice, de pildă, fantasmele de grandoare amenință să crească la infinit și să spulbere cadrul a ceea ce are pentru ei sens și este realizabil. Din acest motiv, cutia cu nisip este limitată la o anumită suprafață, care îi dă o dimensiune ce poate fi cuprinsă de un om cu privirea și împiedică fantasmele să-și iasă din matcă.

**Fig. 6:** Din nisip iese la iveală o imagine de groază

Însă în orice caz putem constata cum cutia cu nisip exercită o foarte mare forță de atracție asupra copiilor și a adulților, căci aceștia nutresc necesitatea omenească adâncă de a-și modela și reprezenta lumea. Ei simt și că această activitate este creatoare, le face bine și are efect tămăduitor. Dar celor mai mulți le este, cel puțin la început, teamă de ea.

Cutia cu nisip, ca recipient în care se produce transformarea psihică, poate, după cum am spus deja mai devreme, să fie echivalată cu vasul ermetic al alchimiștilor, acel „vas hermeticum“. Vasul, craterul[22], este un principiu feminin și semnifică, la origine, un recipient umplut cu spirit, trimis de Creator pe pământ, pentru ca aceia care aspirau la o conștiență superioară să poată fi botezați în el. Era un fel de uter al înnoirii și al renașterii spirituale. Dar această cufundare în ceva ce mai întâi este străin sperie omul și îi trezește angoasa.

Însă analizandul poate să depășească această angoasă și să

se dedice cu încredere procesului terapeutic numai în ceea ce Dora Kalff numește „spațiul liber și protejat“. Ea scrie, referindu-se la copilul aflat în terapie:

*Acest spațiu liber în situația terapeutică rezultă atunci când terapeutul poate să accepte copilul cu totul, așa încât el să participe lăuntric la fel de intens la tot ce se întâmplă ca și copilul însuși. Dacă acesta simte că nu este singur în supărarea lui, dar nici în fericirea lui, are senzația că e liber în manifestările sale și totuși protejat. O astfel de relație de încredere este atât de importantă pentru că uneori poate să refacă situația primei faze, cea a unității mamă–copil. Se creează astfel o situație psihică de liniște interioară, care conține totodată în germene toate forțele pentru dezvoltarea personalității, atât pe cele intelectuale, cât și pe cele spirituale. Este sarcina terapeutului să recunoască aceste forțe și să le protejeze în dezvoltarea lor, precum ocrotitorul unui bun prețios. Ca „ocrotitor“ el semnifică pentru copil spațiul, libertatea și limitele deopotrivă.*[23]

Această delimitare exactă a „spațiului liber și protejat“ este perfect adecvată și pentru atitudinea terapeutică pe care o adoptă analistul față de analizandul său adult. Se potrivește cu acest „spațiu liber și protejat“ și faptul că forma cutiei cu nisip, care cuprinde aria câmpului vizual, are o dimensiune omenească bună, care îl îngrădește pe analizand, dar îl și liniștește, protejează și concentrează.

Spațiul îngrădit al cutiei cu nisip îi înlesnește analistului să recunoască dintr-o privire elementele multiple, derutante, ce se contrazic adesea, din imaginea în nisip, și să le ordoneze. Eu personal pun foarte mult preț pe concentrarea asupra acestui câmp vizual. Ascultând ce îmi relatează analizandul despre imaginea în nisip sau despre trăirile lui din acea zi, percepând simultan starea fizică în care se află el sau meditând la

semnificația evenimentului din nisip, îmi pot concentra energia pe ceea ce se petrece în cutia cu nisip, căci acolo este focarul procesului terapeutic și al relației dintre analizand și analist.

De ce luăm de fapt ca material nisip și nu, de pildă, lut. O analizandă a spus ceva foarte frumos în acest sens: „Pietrele sunt materie străveche. Nisipul este materie măcinată de vreme, este echivalent cu eternitatea. Nisipul este materie biruită — devenită aproape fluidă — spiritualizată.“

Într-adevăr, nisipul, atunci când e uscat, poate să curgă, fiind aproape lichid, este ușor și îți dă, la atingerea cu mâinile, senzația a ceva moale, delicat. Dacă îți miști mâinile prin nisipul uscat, rămân în el forme curgătoare vizibile, așa ca în apă. Nisipul uscat se poate și sufla, iar atunci apar formațiuni delicate, pe care le vedem de regulă numai în interacțiunea nisipului cu vântul. Ne evocă imagini de deșert (vezi fig. 7). Joaca cu nisipul uscat este binefăcătoare și plăcută, ne amintește nu doar de cum ne jucam când eram copii, ci eventual și de atingerile tandre, care ne erau atât de agreabile, ale mamei sau ale altei persoane iubite. La unii oameni însă, simpla mângâiere a nisipului declanșează și o mare mâhnire, ei plâng zdruncinați, căci devin brusc conștienți ce dor le este să mângâie și să fie dezmierdați. Atingerea intimă, fizică dintre mamă și copil joacă un rol extraordinar pentru starea de bine și dezvoltarea prosperă a copilului nu numai în prima copilărie, căci și în anii maturi oamenii tânjesc după apropiere fizică și atingere drăgăstoasă.

**Fig. 7:** Imagine din nisip realizată de un bărbat de 35 de ani, care lucra foarte meditativ

Dacă amestecăm nisipul cu apă, el devine tot mai greu și mai închis la culoare, capătă calități de pământ, devine solid și modelabil. Pot fi create din el peisaje sau formațiuni tridimensionale de tot felul (vezi fig. 8). (Aș vrea să menționez aici că oamenilor care nu-și cunosc laturile umbrite sau care nu vor să le perceapă le vine adesea greu să lucreze tridimensional.) Sculpturile din nisip nu se păstrează însă, ele nu devin mai solide și mai rezistente la uscare, așa ca o figură făcută din lut, de pildă. În scurt timp, forma se destramă, iar imaginea din nisip se dărâmă.

**Fig. 8:** Imagine din nisip realizată de un bărbat de 38 de ani

Tocmai asta mi se pare foarte important: imaginile din nisip nu sunt opere de artă, care să aibă trăinicie, chiar dacă sunt pe moment foarte frumoase și impresionante și ne vine uneori greu să le „distrugem“ și să strângem totul. Ele nu trebuie să dăinuie în lumea exterioară, nu trebuie să fie fixate. Sunt imagini ale sufletului devenite vizibile; fiecare analizand (de altfel, și analistul!) și le ia după oră înapoi în interiorul său. Acolo continuă ele să acționeze, se răsfrâng asupra psihicului, și astfel poate rezulta o schimbare care se manifestă ulterior din nou printr-o altă imagine. În exterior, imaginea se prăbușește, iar nisipul își recapătă forma inițială, adică el este iarăși nivelat de analist după plecarea analizandului.

Am putea spune și că analizandul găsește pus la dispoziția lui la fiecare ședință „neformatul“, din care el va da formă unei bucăți de univers. În sufletul său, el ia cu sine această creație mică — ce-i aparține — a lumii, iar în exterior, ea decade în starea de „neformat“. Lumea interioară în care ia analizandul cu sine imaginea creată de el este pentru el la fel de reală ca și

lumea exterioară, pe care o cunoaștem ca lume materială; de fapt, ea este și mai reală, căci e infinită și eternă. În această măsură, nisipul este mijlocul corect atât pentru reprezentarea lumii interioare (așa cum spunea analizanda mea, el este „materie măcinată de vreme, este echivalent cu eternitatea“...), cât și pentru reprezentarea lumii exterioare, ce se află în continuă schimbare, construindu-se și destrămându-se din nou.

Pentru controlul propriu al procesului terapeutic și pentru documentare, analistul își schițează fiecare imagine din nisip, își notează tot ce e important, mai cu seamă desfășurarea actului modelării. Vreau să spun că, pentru analizarea ulterioară a diapozitivelor la sfârșitul procesului creator, este important ce figuri au fost puse mai întâi în nisip, ce a fost iarăși scos din el și când a fost scos, ce a spus analizandul și — foarte semnificativ — ce a perceput analistul și a simțit în „stomac, inimă și cap“. Eu îmi notez întotdeauna atât primele cuvinte sau gesturi ale analizanzilor mei la începutul orei, cât și primele mele afecte și intuiții. Am constatat că aceste prime semne direcționează foarte adesea, ca aspecte constelatoare, arhetipale, ceea ce se petrece pe parcursul întregii ședințe. Ele determină și interacțiunile fine dintre mine și analizanzii mei, ca pe o a treia forță, supraordonată.

După ce cel care „se joacă cu nisipul“ a părăsit încăperea, se fac unu sau mai multe diapozitive ale imaginii din nisip. Este important ca măcar o imagine să fie fotografiată din perspectiva analizandului, pentru ca, la nevoie, să se poată folosi corect utila schemă de interpretare a simbolului spațiului (vezi p. 103). Mi se pare, de asemenea, important să observăm căderea luminii în timpul jocului cu nisip și să o redăm la fotografiere printr-o poziționare corectă a lămpii foto, pentru că se poate întâmpla ca figurile care stau în umbră să fi fost înțelese de către analizand într-adevăr ca părți de umbră.

Lumina blițului nu este adecvată, întrucât se estompează astfel umbrele atât de importante pentru recunoașterea structurilor de nisip fine. Căci de multe ori structura fundamentului de nisip este la fel de elocventă, dacă nu și mai grăitoare, ca figurile puse pe el.

---

[21] Ammann, Ruth, *Traumbild Haus*, *ed. cit*., mai ales cap. 4, „Lebensräume — Lebensträume“.

[22] Vas antic mare, cu gura largă și cu două mânere, care servea pentru amestecarea vinului cu apa la ospețe. (*N.t*.)

[23] Kalff, Dora M., *Sandspiel*, *ed. cit*., p. 15.

CAPITOLUL 4

# Imaginile din nisip — crearea și destrămarea lor

În capitolul anterior am descris ce mijloace i se pun analizandului la dispoziție pentru jocul cu nisip. Pentru ce sunt însă dorite aceste imagini? De ce am vrea să animăm sau să reînsuflețim aceste imagini și stări sufletești, în cea mai mare parte inconștiente, și să le facem vizibile în nisip? Spre a înțelege acest lucru, trebuie să fac pentru început niște observații în legătură cu ceea ce numim noi „conștiința“ și „inconștientul“.

Fiecare om simte la un moment dat că personalitatea sa globală cuprinde mult mai mult decât mica parte pe care o știe în mod conștient despre el. Tot așa stau lucurile cu lumea întreagă și cu universul. Cu cât știm mai mult despre ele în mod conștient, cu atât ne dăm mai bine seama câte nu știm. Așa cum suntem, ca om conștient, parte din cosmos, așa este și latura noastră inconștientă întrețesută cu inconștientul colectiv.

Cei mai mulți oameni recunosc la ei sau la altcineva că există diferite tipuri de conștiință. Noi cunoaștem conștiința lucidă, prozaică, săracă în emoții, care se compune mai ales din fapte ce pot fi sesizate clar și se manifestă în gânduri logice, cu un scop precis. Este *conștiința rațională*.

Cunoaștem însă și o conștiință mai greu de descris, care acționează mai mult în imagini, emoții, afecte și intuiții, nu este lucid de univocă, ci curgătoare și plină de înțelesuri. Acest tip

de conștiință nu este orientat linear către un scop, ci caută, într-o lentă împletire vastă, să perceapă informațiile cele mai variate din lumea exterioară și interioară și să le edifice într-o imagine de ansamblu. O atare conștiință acționează eventual neclar și difuz, dar nu trebuie să fie neapărat așa. Eul unui om poate fi foarte liniștit și stabil în această stare a conștiinței. Însă este nevoie de mult mai mult timp, răbdare și capacitate de empatie, pentru a asculta un om care trăiește în această stare a conștiinței și a-l înțelege.

Se spune adesea despre femei că gândirea lor este nelogică și conștiința lor, echivocă sau difuză — ceea ce ar putea fi adevărat, dar nu trebuie nicidecum evoluat negativ. Această modalitate de sesizare a lucrurilor amplă, împletită ca o țesătură, este mult mai nuanțată, mai variată și mai cuprinzătoare. Pot fi percepute nuanțe intermediare și accente secundare, idei pierdute pot fi reînnodate și intuiții nou ivite pot fi sesizate. Această *conștiință plastică, imaginativă* se află mai aproape de inconștient, de baza originară a sufletului, fiind prin urmare mai spontană, mai mobilă și mai vie decât conștiința rațională, axată pe fapte.

Mai facem și experiența unei *conștiințe fizice*, care este cel mai dificil de descris în cuvinte. Putem aborda corect un plan al conștiinței numai cu mijlocul de exprimare propriu lui. Conștiința fizică poate fi trăită și reprezentată adecvat doar prin intermediul trupului, foarte evident în dans, mai camuflat în viața cotidiană, când ne trăim corporalul și ne mișcăm trupul. De conștiința fizică ține și rețeaua foarte subtilă de posibilități de percepție și expresie ale sferei instinctuale. De exemplu, trăim această conștiință fizică într-o relație intimă de dragoste sau în relația timpurie mamă–copil, în care are loc acest schimb extrem de fin, nonverbal și nonimagistic de energii corporale. Nu degeaba poartă mama sau tatăl copilul

lipit de inimă și de pântec, căci acolo, în zona abdominală, ne percepem și centrul conștiinței fizice.

Diferitele feluri de conștiință descrise sunt complet dezvoltate la unii oameni, adică disponibile în mod conștient. La alții sunt preconștiente, inconștiente, degenerate, lezate, în orice caz nu complet disponibile, dar de multe ori apte de dezvoltare. În cadrul metodei terapeutice a jocului cu nisip, sunt abordate și dezvoltate la analizand, mai întâi în faza configurativă, conștiința fizică și conștiința plastică, imaginativă, iar mai târziu, în interpretarea imaginilor, și cea rațională. Felul de a fi al analistului care este specializat și în terapia prin jocul cu nisip ar trebui să se evidențieze prin aceea că are o conștiință fizică fin dezvoltată și percepe foarte multe fluxuri prin intermediul corpului (vezi Capitolul 12).

Ce înțelegem însă prin *inconștient*, care este numit frecvent și „subconștientul“? Inconștientul nu este alcătuit din „subconștient“, adică din ceva aflat sub conștiință, cu toate că adesea ne purtăm cu el ca și cum ar fi inferior sau ar trebui suprimat, înăbușit. Inconștientul vine înspre noi de pretutindeni, din materia al cărei spirit nu-l cunoaștem, din propriul nostru corp și din psihicul nostru, a căror esență nu o percepem și pătrundem, din edificiul lumii ale cărei conexiuni și legi nu le cunoaștem și din sufletul colectiv a cărui latură inconștientă o numim inconștientul colectiv. După cum o spune termenul, inconștientul este tot ceea ce nu este conștient și despre a cărui existență avem doar o vagă idee sau nu avem deloc habar. Totuși el există și acționează.

Câte lucruri se întâmplă să nu fie prezente pentru un om, întrucât nu îi sunt conștiente, și cu toate acestea ele există obiectiv ne-o arată un mic exemplu din practica mea psihoterapeutică. Analizanzii mei spun adesea: „O, dar ați cumpărat acum multe figuri noi pentru jocul cu nisip, pe astea

nu le-am mai văzut niciodată, sunt noi!“ De cele mai multe ori trebuie să răspund că aceste figuri nu sunt deloc noi, ci se află în rafturi deja de ani de zile. Atunci analizanzii mei sunt uimiți că lucruri prezente obiectiv nu au existat acolo pentru ei, căci nu le-au văzut conștient.

Asta înseamnă că un om poate realmente vedea în interior și în exterior numai ceea ce îi este conștient. Și totuși o conștientizare poate fi determinată prin aceea că părinții, profesorii sau terapeuții atrag atenția la momentul corect asupra unor realități din exterior. Acesta este motivul pentru care spuneam mai devreme că este atât de important să privim exact imaginea din nisip, întrucât astfel elementele (re)prezentate în exterior pot deveni și psihic conștiente.

Inconștientul este, așadar, un flux nesfârșit de realități, dar care nu pot, încă nu pot sau nu mai pot să fie sesizate de conștiință. Ceea ce ține, a ținut sau ar putea ține de personalitatea noastră individuală numim inconștientul personal. Ceea ce ține de sufletul general al umanității, Jung numea inconștientul colectiv. Acest strat fundamental al psihicului omenesc formează terenul fertil, matricea pentru conștiință, în el își are rădăcinile, din el crește și se dezvoltă.

Reacțiile psihice ale omului, precum și activitățile sale intelectuale sunt influențate de această bază originară și alimentate cu energie de grupuri de reprezentări colorate afectiv, așa-numitele complexe, care se reunesc în jurul unui element central, un nucleu. Anumite complexe par a fi dobândite prin experiență de viață, multe par însă a fi înnăscute structural fiecărui om, ceea ce se vede din faptul că, fără înrâurire din afară, declanșează în oameni din cele mai diferite timpuri și părți ale lumii emoții, sentimente, reprezentări și conexiuni similare. Aceste complexe generale, care funcționează ca nuclee dinamice în psihicul omenesc, sunt

numite de Jung arhetipuri. Ele sunt, printre altele, producătoarele unor imagini simbolice, de același tip sau asemănătoare, în spiritul popoarelor și culturilor celor mai diverse. Pe baza existenței acestor arhetipuri și a efectului lor energetic asupra psihicului, se poate spune că anumite stări psihice și procese de dezvoltare ale omului se exprimă mereu în imagini simbolice asemănătoare, fie în analiza viselor, în jocul cu nisip, în basme și mituri sau în alchimie.

Dacă numim inconștientul terenul fertil al conștiinței, trebuie să ținem mereu cont de faptul că psihicul personal și cel colectiv au aspecte luminoase și întunecate, adică laturi constructive, care vin în sprijinul vieții, și laturi distrugătoare, adverse vieții. Conținuturile inconștientului pot fi, pe de o parte, cauza fenomenelor psihice de dezintegrare, așa cum putem observa în psihoze, pe de altă parte însă și factori speciali de vindecare, așa cum putem constata în terapii. De aceea, este extrem de important cum procedează individul și colectivul cu aceste conținuturi ale inconștientului.

Foarte mulți oameni se închid în fața influențelor inconștientului, poate din teamă că nu le pot face față, poate din inerție sau ignoranță, dar poate și deoarece procesul de educare a omului necesită o conștiință rațională, orientată spre un scop precis, trebuind de aceea să excludă anumite influențe ale inconștientului. Astfel sunt excluse însă și forțele care vindecă și completează, de care avem nevoie pentru a menține sănătatea psihicului. Jung a formulat-o astfel:

*Precizia și orientarea conștiinței reprezintă o cucerire neobișnuit de importantă pe care omenirea a achiziționat-o cu sacrificii din cele mai grele și care, la rândul ei, i-a făcut omenirii cele mai mari servicii. Fără ea, știința, tehnica și civilizația ar fi pur și simplu imposibile, căci ele presupun, toate, ca procesul psihic să aibă o durabilitate, o uniformitate și o finalitate demne*

*de încredere.* [...] *Orientarea este o necesitate obligatorie a procesului conștient, ea condiționează însă, cum am văzut, o unilateralitate inevitabilă. Deoarece psihicul este un aparat autoreglator precum corpul, în inconștient se pregătește de fiecare dată o acțiune contrară reglatoare. Dacă orientarea funcției conștiente nu ar exista, influențele contradictorii ale inconștientului ar putea interveni fără probleme. Dar orientarea tocmai le exclude. Prin asta contraacțiunea nu este, firește, reprimată, ci are totuși loc. Influența ei reglatoare este însă eliminată de atenția critică și de voința dirijată spre scop, deoarece contraacțiunea ca atare nu pare a se potrivi cu direcția conștientă. În această privință psihicul omului civilizat nu este un aparat autoreglator* [...].[24]

Din acest enunț rezultă, pe de o parte, că psihicul ar fi un aparat autoreglator, dacă influențele reglatoare ale inconștientului ar putea deveni eficiente pe cale naturală. Pe de altă parte însă, civilizația are nevoie de o conștiință durabilă, constantă și orientată spre un scop ce se contrapune cu o anumită forță și fermitate influențelor inconștientului, care se poate întâmpla să nu fie adecvate în acest moment sau să fie amenințătoare pentru personalitate. Nu în van jumătatea stângă a creierului, care este legată tocmai de această gândire logică, concentrată pe un scop, a fost timp îndelungat privită ca fiind dominantă și a fost apreciată mai înalt. Lumea plastică, asociată emoționalității, de reprezentare, a jumătății drepte a creierului este mai apropiată de inconștient, mai irațională și de aceea indezirabilă pentru anumite procese de civilizație.

În acest sens, funcția jumătății drepte a creierului nu este inferioară, însă a trebuit pusă pe planul al doilea în favoarea procesului civilizației. Anumite priorități sunt necesare pentru dezvoltarea individuală ca și pentru istoria omenirii, însă doar atât timp cât au un efect stimulator, și nu unul inhibitor, asupra

evoluției. Însă de îndată ce survin o rigidizare și stagnare în dezvoltare, „cealaltă“ latură trebuie înglobată și ea din nou. Exprimat la figurat, omenirea poate sări un timp înainte într-un singur picior, pentru a și-l antrena, dar la un moment dat trebuie să-și folosească din nou și celălalt picior, altfel pierde echilibrul întregului și ajunge infirmă.

În psihicul celor mai mulți oameni, numeroase posibilități existente latent în inconștient nici nu sunt luate în considerare, și anume în favoarea procesului conștient; impulsuri și vise, care doar sunt cele mai spontane manifestări ale inconștientului, nu sunt percepute sau sunt refulate. Funcția reglatoare a inconștientului este deci eliminată în mare măsură de conștiință, dar „are totuși loc“, cum spune Jung. Adică, exprimându-ne simplificat, aceste conținuturi neluate în seamă, însă importante pentru echilibrul psihologic, se exprimă într-un alt chip, eventual ca stări de angoasă, depresii sau tulburări somatice.

Perturbarea autoreglării psihicului își poate face debutul foarte devreme în copilărie, în ciuda faptului că de obicei copiii dispun doar de puțină atenție critică și voință consecventă, iar influențele reglatoare ale inconștientului ar putea acționa încă spontan. Dar copiii trăiesc, datorită nediferențierii inițiale a lumii lor interioare și exterioare, într-o anumită identitate cu părinții (familia) lor și sunt și menținuți adesea în ea. De aceea sunt mai întâi perturbați în autoreglarea lor de atenția critică și de voința consecventă a părinților lor și de conținuturile psihice inconștiente care, din această cauză, rămân netrăite de ei. Ulterior se adaugă influențele școlii care, în funcția ei de educare a copilului, *trebuie* să stimuleze orientarea conștiinței, dar adesea o stimulează exagerat. Posibilitatea de autoreglare ar consta însă tot în timpul liber al copiilor, dacă aceștia ar putea trăi atunci pornirile spontane ale sufletului lor. Știm cu

toții cum stau lucrurile, căci prea adesea și aceste „activități reglatoare“ sunt programate, adică ele nu izvorăsc din sufletul individual al copiilor, ci din capetele adulților.

Dar și pentru educatorii responsabili este o sarcină cu adevărat dificilă să îngăduie să se producă autoreglarea trupului și a sufletului. Doar este vorba despre următoarele: educația și îngrădirea sunt necesare pentru formarea personalității și adaptarea la mediu, totuși trebuie să putem îngădui să se producă ceea ce vrea să se producă, pornind din interiorul sufletului de copil. A face una și a nu o lăsa pe cealaltă — în asta constă dificultatea sarcinii!

Să ne gândim puțin cum a descris Jung arhetipul infans:

*„Copilul“ [...] reprezintă cel mai puternic și mai inevitabil imbold din fiecare ființă, și anume acela de a se realiza pe sine. El este întruchiparea neputinței de a face altfel, echipată cu toate forțele instinctuale naturale* [...]. *Imboldul și constrângerea realizării de sine constituie o legitate a naturii, fiind astfel de o forță de neînvins, chiar dacă, la început, efectul ei este insignifiant și improbabil.*[25]

Jung vorbește aici de arhetip, ale cărui formare și cizelare cuprind mult mai mult decât copilul omenesc. „Copilul“ înseamnă noul, devenirea, și o nouă atitudine a conștiinței, o nouă idee, o nouă epocă culturală. De pildă, pruncul Isus este simbolul, încărcat cu energie supremă, pentru nou, pentru tămăduitor, pentru o cultură religioasă nouă ce ia ființă.

Dar și la copilul omenesc apare în formarea și cizelarea individuală „cel mai puternic și mai inevitabil imbold... acela de a se realiza pe sine“, tot așa cum mai târziu, în viață, în fiecare adult ar dori să acționeze forța arhetipului infans. Numai că această energie extrem de puternică, ce îmboldește la dezvoltarea și realizarea potențialului existent în om, a fost

știrbită sau înăbușită la mulți oameni foarte devreme.

Acest proces care are drept țel dezvoltarea personalității cizelate, mature, individuale îl numim, în psihologia analitică, procesul de individuație. În sens jungian, individuația nu are nimic de-a face cu individualitatea egocentrică, dimpotrivă. Să citim ce a scris Jung în această privință:

*Individuația este o necesitate firească în măsura în care frânarea ei prin reglementări excesive sau chiar exclusive, potrivit normelor colective, ar prejudicia grav activitatea vitală a individului. Individualitatea este însă deja dată fizic și fiziologic, de unde și expresia ei psihologică corespunzătoare. O frânare considerabilă a individualității presupune de aceea o mutilare artificială. Este fără doar și poate că un grup social alcătuit din indivizi estropiați nu poate fi o instituție sănătoasă, viabilă în timp; căci doar acea societate care își poate conserva coerența internă și valorile colective, acordând totodată individului maxima libertate posibilă, are șanse de viață durabilă. Deoarece individul nu este doar ființă individuală, existența lui presupunând relații colective, procesul de individuație nu duce la izolare, ci la o coeziune colectivă mai intensă și mai generală.*[26]

Este important pentru mine să scot clar în evidență sensul individuației, căci auzim adesea ideea eronată că psihologia jungiană ar produce numai individualiști care se gândesc doar la ei înșiși. Acesta nu poate fi însă niciodată țelul unei personalități mature, căci responsabilitatea în relația cu interiorul merge mână în mână cu responsabilitatea înspre exterior. Noi nu trăim doar ca individ, ci și în diferite relații personale mai înguste sau mai largi, ca parte a unui grup și ca parte a unui colectiv.

Să revenim la ideea că imboldul spre realizarea de sine a fiecărei ființe este o lege a naturii. Mulți oameni, mai ales mulți

părinți, nu pot accepta asta. Ei nu pot admite că dintr-o sămânță de floarea-soarelui crește iarăși o floarea-soarelui, și nu un trandafir, chiar dacă ei stau în fiecare zi în fața plăntuței și gândesc că acum ea va trebui să devină trandafir. Încredere supremă în procesul lui vital capătă însă doar copilul care are voie să devină o „floarea-soarelui“, dacă așa ceva este sădit în el. Dacă un copil „floarea-soarelui“ vrea să devină copil „trandafir“, urmarea este ca și cum părinții lui sau cineva din mediul ambiant mai larg ar fi pus peste el o piele străină, dedesubtul căreia adevărata sa ființă se atrofiază sau în cazul cel mai rău se sufocă. Această piele străină este alcătuită din proiecția pe care o face mediul înconjurător asupra copilului, mai bine zis o aruncă asupra copilului. Copilul se poate adapta la această piele străină sau poate chiar contribui el însuși la formarea ei, natura lui individuală propriu-zisă nu este însă percepută sub această piele, având deci o foarte mică posibilitate de dezvoltare.

Dar experiența terapeutică arată că fiecare copil deține în inconștientul lui o cunoaștere a potențialului său psihic și a posibilităților sale de vindecare. Și adultul deține această cunoaștere, numai că se înțelege de la sine că „platoșa lui de piele“ este mult mai impenetrabilă și că îi trebuie mult mai mult timp și efort spre a pătrunde în profunzimea inconștientului. Însă dacă se reușește activarea în situația analitică a forțelor vitale ale *Sinelui* unui om, atunci există posibilitatea ca personalitatea să se vindece și să devină un tot. Ca noțiune empirică, Sinele cuprinde unitatea și totalitatea personalității globale, conștiente și inconștiente, de la el emană un impact care centrează personalitatea și rânduiește într-un mod, în cele din urmă armonios, fenomenele psihice. Cum devin aceste forțe eficiente într-un anume individ, cum se configurează calea dezvoltării unui om în modul său personal

de a fi, asta „știe“ numai acest om ca atare, adică el poate s-o afle dacă își pleacă în mod responsabil urechea la vocea sufletului său.

Din acest motiv pornim de la ideea că analizandul trebuie să găsească forțele pentru vindecare sau dezvoltare în *sine însuși* și chiar poate s-o facă în felul său. El caută contactul cu Sinele prin intermediul manifestărilor inconștientului — vise, fantasme, imaginații felurite, în cazul nostru imagini în nisip — sau, exprimat mai simplu, contactul cu „celelalte“ laturi ale psihicului său (și ale corpului său), care au fost refulate ori uitate sau nu au avut încă niciodată puterea să ajungă în conștiință. El găsește în situația analitică spațiul liber, protejat, în care își poate detensiona conștiința, iar tendința sufletului său spre autoreglare poate deveni eficientă. Analistul nu poate să „facă“ sau să parcurgă procesul sufletesc pentru analizand, dar el îl trăiește „cu un ochi bucuros și unul atent“.

---

[24] Jung, C.G., *Opere complete*, vol. 8, *Dinamica inconștientului*, „Funcția transcendentă“, par. 135 și 159, trad. Viorica Nișcov, Editura Trei, București, 2013.

[25] Jung, C.G., *Opere complete*, vol. 9/1, *Arhetipurile și inconștientul colectiv*, „Psihologia arhetipului infans“, par. 289, p. 195, capitol trad. de Daniela Ștefănescu, Editura Trei, București, 2014.

[26] Jung, C.G., *Opere complete*, vol. 6, *Tipuri psihologice*, p. 474, în „Individuație“, trad. Viorica Nișcov, Editura Trei, București, 2014.

CAPITOLUL 5

# Jocul cu nisip — un flux de imaginații în mișcare și mișcătoare

La metoda jocului cu nisip, analizandul are posibilitatea să facă să se reverse imaginile interne compensatorii necesare și să le dea o formă concretă în nisip prin forța imaginației lui. Prin configurarea lor, aceste imagini interne sunt realizate, capătă consistență, iar prin vibrația, rezonanța materială, emoțională și sufletească ele devin experiență trăită, imagini trăite.

Cuvintele: „analizandul are posibilitatea să facă să se reverse imaginile compensatorii“ le-am ales cu grijă. Căci atunci când îmi urmăresc analizanzii în fața cutiei cu nisip, pot să percep adesea această revărsare subtilă a unui flux. La începutul unei ședințe, ei stau uneori indeciși și cufundați în sine și spun că nu știu ce ar trebui să facă cu nisipul. Atunci așteptăm răbdători. La jocul cu nisip nu trebuie să „facem“ nimic, ci încercăm, după posibilitate, să eliminăm conștiința „volitivă“, tensionată, orientată mereu spre acțiune și performanță, încercăm să fim destinși și deschiși, spre a absorbi ceea ce se revarsă în șuvoaie spre noi. Aceasta presupune desigur, așa cum am arătat mai devreme, să existe în încăpere o atmosferă calmă, liberă și protejată. (Ea trebuie să fie liberă și de „voința“ analistului, și de dorința sa de performanță!)

Din această atitudine receptivă, mâinile analizanzilor mei

par să capteze apoi deodată acest flux, ele se mișcă curgător prin nisip și lasă acolo în urma lor forme curgătoare, așa cum le știm de la apă. Astfel, procesul de modelare a început să curgă și caută acum încet-încet o formă valabilă.

Este important pentru mine că nu se poate spune în mod corect că analizandul „face“ o imagine în nisip; el mai degrabă reprezintă imaginea sau impulsul care se revarsă spre el din inconștient. El ilustrează fluxul care-i mișcă sufletul în acest moment și în acest loc. Timpul și spațiul desfășurării ședinței de analiză sunt hotărâtoare pentru eveniment, căci aici se constelează forțe psihice deosebite. Copiii, de exemplu, știu exact că în ora lor de terapie întreg spațiul și persoana mea se află acolo numai pentru ei, ceea ce dă celor ce se petrec în această oră o pondere deosebită și favorizează devenirea de sine și autovindecarea copilului.

Acest flux pe care îl captează analizandul este alimentat de forțele ce acționează inconștient în el, care, spre a deveni conștiente, trebuie mai întâi să capete formă și să devină recognoscibile. Aceste energii sunt asimilate cu corpul, fiind preluate în mod special cu sensibilitatea mâinilor. După cum știm din nenumărate exemple, mâinile sunt organe extraordinar de sensibile. Ele pot să preia anumite forțe și să le și dea mai departe. Sunt intermediarii propriu-ziși dintre lumea spirituală și cea materială. În cazul special al jocului cu nisip, fie imaginea spirituală interioară este transformată prin mâini într-una exterioară, concretă, care devine nu numai vizibilă, ci și tangibilă, fie transformarea se produce în direcția contrară. Mâinile preiau fluxul inconștient, îl fac vizibil și palpabil prin nisip, iar astfel este trezită o imagine interioară sau stimulat un eveniment interior. În fiecare caz, mâinile formează însă o punte între realitatea sufletesc-spirituală și cea materială.

De aici rezultă că oamenii „incapabili de acțiune“ nu își pot

face vizibile în lumea concretă forțele și imaginile lor interioare și, din această cauză, nici nu le pot comunica altor oameni în mod eficient. Deși acești oameni au adesea o bogată lume interioară de imagini și trăiri, transformarea și transmiterea ei în lumea exterioară prin intermediul mâinilor (sau pe calea limbajului) sunt blocate. De cele mai multe ori, anxietatea este cauza acestei incapacități de acțiune, de aceea este deosebit de important ca analizandul să-și poată exercita în „spațiul liber și protejat“ al atmosferei terapeutice această capacitate mijlocitoare, transformatoare a mâinilor sale.

Din această împletire a realității spirituale și fizice, interioare și exterioare, prinde consistență imaginea în nisip — o formă a imaginației. Capacitatea de imaginare și forța imaginației sunt ceva cu totul deosebit în ființa omenească. De aceea aș dori să analizez mai în profunzime această imaginație; aș încerca să-i sesizez natura din diferite unghiuri vizuale.

În *Psihologie și alchimie*, C.G. Jung are un pasaj important despre esența imaginației. Jung scrie acolo despre natura psihică a operei alchimice, acel „opus“, care se compune din „theoria“, partea spirituală, filosofică, și „operatio“, executarea practică, materială. El îl citează la un moment dat pe alchimistul Ruland, care spusese: „Imaginația este constelația din om, trupul ceresc sau supraceresc.“ Acest enunț al lui Ruland este comentat de Jung:

*Această definiție uimitoare aruncă o lumină foarte specială asupra proceselor fantasmatice legate de „opus“: căci noi nu trebuie nicidecum să le gândim ca fiind niște scheme lipsite de substanță cum ne închipuim adesea că sunt imaginile fantasmatice, ci ca pe ceva corporal, ca pe un „corpus“ subtil de natură semispirituală. Astfel, „imaginatio“ sau imaginarea este și o activitate fizică ce poate fi inserată în circuitul transformărilor materiale, le determină pe acestea și, la rândul ei, este și ea*

*determinată de ele. Alchimistul se afla în acest fel nu numai în relație cu inconștientul, ci în mod nemijlocit și cu materia pe care spera să o facă să se transforme prin imaginație. Noțiunea aparte de „constelație“ este un termen paracelsian, care înseamnă în acest context un fel de „chintesență“. „Imaginatio“ este deci un extract concentrat al forțelor vii fizice, precum și sufletești. Rămâne însă obscur, tocmai din cauza amestecului de elemente fizice și psihice, dacă transformările definitive din procesul alchimic trebuie căutate mai degrabă în domeniul material sau în cel spiritual. Însă această problemă este de fapt pusă greșit. Pentru acea vreme nu exista un sau–sau, ci un domeniu intermediar între materie și spirit: și anume un tărâm sufletesc de corpuri subtile, cărora le erau proprii atât modul de apariție spiritual, cât și cel material.*[27]

Această definiție a imaginației ca „un extract concentrat al forțelor vii fizice, precum și sufletești“ și reprezentarea unui domeniu intermediar între spirit și materie ca un „subtiles corpus“ se potrivesc foarte bine și pentru jocul cu nisip. Mi se pare dincolo de orice îndoială că nu numai pe vremea alchimiștilor, ci și astăzi există acest domeniu intermediar între psihic și materie. Nici nu aș putea defini altfel o imagine în nisip. A luat ființă din spiritul analizandului și din spiritul inerent materiei. Spus mai simplu: din natura analizandului și din natura nisipului și a figurilor ia naștere un terț nou. Se vor îmbina părți conștiente cu părți inconștiente. Este o contopire între psihic și materie, prin intermediul corpului omenesc. Această unire dintre conștient și inconștient, dintre spirit, trup, suflet și materie exterioară produce în om o trăire care este legată de emoții și sentimente profunde. Această trăire cuprinde întregul om și determină în el, ca orice este cu adevărat trăit, o modificare, o maturizare, care pe moment este fără cuvinte, și nici nu necesită cuvinte.

Însă, așa cum am spus deja, modelarea exterioară a imaginii în nisip este numai forma de apariție necesară pe moment în lumea concretă, dar într-un final ea nu mai are importanță. Chintesența a ceea ce se petrece în cutia cu nisip este imaginea interioară încărcată cu emoțiile și sentimentele din procesul creator. Astfel devine clar și că „imaginea din nisip“ are o semnificație dublă: pe de o parte formațiunea concretă în cutia cu nisip, pe de alta imaginea interioară, încărcată de energie, care rezultă de acolo. Acest mod dublu de a vedea o imagine în nisip, întrezărind în spatele formei exterioare, statice, semnificația simbolică a forțelor în mișcare și mișcătoare ce continuă să acționeze în analizand, este necesar pentru înțelegerea noastră atunci când interpretăm imaginile.

Pentru ca acei cititori care nu sunt familiarizați cu jocul în nisip să se poată transpune în acest domeniu intermediar, în care se adună elemente psihice și materiale, se influențează reciproc, se întrepătrund și se unesc, voi descrie în cele ce urmează exact cum ia naștere o imagine în nisip.

Există analizanzi la care se formează pe parcursul zilei, înainte să ajungă în ora de analiză sau spontan la începutul orei, o imagine mai clară sau mai puțin clară, pe care vor după aceea să o reproducă în nisip. Am putea crede atunci că e simplu să realizeze concret această reprezentare interioară. Dar nu este așa. Numai oamenii care sunt foarte familiarizați cu natura materiei de prelucrat, în cazul de față nisipul și figurile, își pot reprezenta o imagine în așa fel încât să o și poată realiza. Forța lor de reprezentare este atunci în mare măsură raportată la materie. Toți ceilalți vor avea dificultăți în a-și realiza reprezentările, întrucât nisipul și figurile au viața lor proprie. Reprezentarea lor este transformată prin întâlnirea lor cu natura materiei, căci această natură le este necunoscută. Iar

mâinile analizanzilor aduc motive și forme în nisip care sunt foarte străine conștiinței lor. De unde provin ele? Din inconștientul analizanzilor sau din nisip?

Să urmărim procesul invers: analizandul stă la începutul ședinței în fața cutiei cu nisip și nu știe ce vrea să facă, dar așteaptă liniștit să vadă ce se va petrece cu el, ce „vine“ înspre el. Apoi, deodată, pare să-l cuprindă ca un flux sau el percepe și preia cu trupul un flux încă total neformat care se apropie de el, și începe să-și miște mâinile. Deosebit aici e că trupul are în chip evident un mod propriu de conștiință, care nu este legat de gândirea rațională, dar este de lumea de reprezentare a imaginilor. În acest caz putem spune că trupul știe mai multe decât rațiunea și că impulsul spre imaginație pornește de la trup.

Aceste mișcări curgătoare în nisip sau lăsarea nisipului să se prelingă printre degete arată că ceva din analizand intră în mișcare, că energia sa începe să curgă. La oamenii care sunt depresivi și vin la ședință crispați, fără vlagă și inerți, aceste prime indicii de mișcare înseamnă deja foarte mult. Ele se repetă adesea la începutul tratamentului, pe parcursul mai multor ședințe, ca unic mod de exprimare în nisip. Apoi, când crisparea încetează, se poate întâmpla ca formele apărute în nisip să determine înfiripărea în analizand a unei asocieri sau să evoce în el o imagine interioară, pe care apoi analizandul începe să o reprezinte în nisip. Acum se poate întâmpla același lucru ca în cazul anterior, și anume ca la modelarea lui, nisipul să se comporte altfel decât se așteaptă analizandul de la el sau ca figurile existente să nu fie potrivite. Atunci analizandul este forțat să-și modifice reprezentarea în raport cu proprietățile nisipului sau să renunțe la ideea lui. Dacă dorința sau voința de a modela există, el trebuie să învețe să-și construiască reprezentarea pe materialul disponibil, ceea ce înseamnă că el

trebuie să (se) realizeze în raport cu realitatea existentă, și nu să impună materialului ideea sa. Căci asta ar însemna că materialul este silit cu violență să participe, deci este bruscat. Avem un alt tip de neraportare la material dacă analizandul, în cazul în care nisipul nu vrea așa cum vrea el, varsă, ca să zicem așa, copilul împreună cu apa din baie, adică el își leapădă reprezentarea împreună cu nisipul neascultător și cu figurile.

Modelarea nisipului sprijină deja, referitor la material și la propriile aptitudini, o anumită dezvoltare a conștiinței, care este apoi intensificată prin contemplarea în detaliu și înțelegerea imaginii finite în nisip și, desigur, prin prelucrarea interpretativă ulterioară, pe baza diapozitivelor.

Neraportarea menționată la material va fi ilustrată printr-un mic exemplu: tinerilor li se întâmplă ocazional să vrea să construiască în nisip un munte înalt sau un turn, fără să țină seama de proprietățile nisipului. Îl ridică iară și iară și tot mereu turnul sau muntele dorit se prăbușește. Într-un târziu se înfurie, dărâmă ce au făcut în nisip și abordează o altă idee.

Aceasta este o atitudine pe care o putem observa adesea și în tot felul de variațiuni, nu numai în situația terapeutică, ci și în viața cotidiană. Mă gândesc de pildă la o femeie care vrea să croiască o rochie. Își imaginează un model și cumpără un material superb. Materialul îi pune însă greutăți încă de când îl taie, iar când îl coase îi tot alunecă sub ac. Femeia se enervează, îi piere răbdarea, iar la urmă aruncă materialul, „căci doar n-o să aibă niciodată ocazia să poarte rochia asta excentrică!“

Nu se procedează așa doar cu lucrurile exterioare, ci uneori și cu cele interioare: cineva își propune să-și noteze de acum încolo în fiecare zi visele, pentru a se confrunta cu ele. Numai că visele nu oferă imaginile și evenimentele frumoase, impunătoare, pe care și le dorește și care ar fi justificat efortul consemnării lor. Atunci își aruncă într-un colț caietul de vise,

„întrucât preocuparea cu propriile vise este oricum doar o atitudine narcisică vanitoasă“.

Ceva asemănător se petrece și în relațiile intraumane: un tânăr, să-l numim Fritz, se înfurie pe colegul său Franz, deoarece, după părerea lui, acesta are un comportament imposibil. Dar Fritz nu a făcut efortul să se transpună în situația persoanei lui Franz, ceea ce i-ar fi dat posibilitatea să înțeleagă atitudinea lui Franz. Fritz se poartă la fel de egocentric și de neempatic față de Franz ca și tânărul față de nisip sau croitoreasa față de material și visătorul față de propriile sale vise. Toți dau vina pe celălalt, fie acesta de natură materială, emoțională sau umană, atunci când adevărata culpă zace în propria lor neraportare la el.

Putem porni acum de la faptul că situația terapeutică specială a jocului cu nisip servește ca locțiitor pentru numeroasele situații cotidiene variate și că analizandul învață aici să abordeze empatic și atent „altceva“, nisipul sau propria viață interioară.

Acest aspect al raportării la ceea ce este „altceva“ e esențial în jocul cu nisip. La fiecare activitate creatoare omul iese din sine însuși și intră în relația cu o altă entitate, una diferită, uneori total necunoscută. Opera creatoare ia naștere din întâlnirea a două elemente și legătura lor. Prin influențare reciprocă și acțiune retroactivă se formează o interacțiune, un schimb, o împletire. Se înfiripează ceva nou creat care poate să fie mult mai mult decât numai componentele inițiale. La jocul cu nisip, „creația“ nouă este imaginea în nisip ce a luat ființă între analizand și nisipul cu miniaturi. Premisa pentru ca să poată apărea ceva nou este însă ca analizandul să se angajeze realmente în întâlnirea cu necunoscutul–inconștientul din nisip și din sine însuși, să accepte provocarea ce se naște de acolo, să o trăiască și să îi dea formă. Această emoție pe care o resimte în

timp ce-și desfășoară activitatea creatoare îi determină transformarea. Când analizandul ia mai târziu imaginea interioară, *imago* a imaginii lui în nisip, cu sine, aceasta este încărcată cu energiile care acționaseră în momentul conceperii ei. Dacă ne gândim că imaginea în nisip este rodul acțiunii lui, vorbind la figurat: „copilul“ analizandului, atunci înțelegem că acest „copil“ este ceva cu totul special, pe de o parte necesitând să fie protejat, pe de alta însă, purtând în sine o foarte mare energie de dezvoltare.

Analistul are în această situație nu numai funcția unui mamoș, ci el e și martorul acestei „nașteri“, ceea ce este un lucru esențial. Tocmai oamenilor bolnavi psihic, la care se vizează prin jocul cu nisip realizarea procesului de însănătoșire, le vine foarte greu să se accepte pe ei înșiși sau chiar și să se perceapă pe sine. Dacă analistul acceptă și percepe imaginea în nisip ca parte a analizandului, îl acceptă astfel pe analizand însuși. Prin aprecierea cu care întâmpină analistul imaginea în nisip și astfel și pe analizand îl învață pe analizand să întâmpine lumea exterioară și lumea sa interioară cu apreciere. Prin exemplul analistului, analizandul învață să se ia pe sine și pe acel „altceva“ în serios și să recunoască însemnătatea și proporția propriei sale acțiuni. El poate dezvolta pe parcursul terapiei o atitudine religioasă autentică, prin aceea că își întâmpină tot mai grijuliu și sârguincios lumea interioară și exterioară.

Se înțelege de la sine că un „copil“, ceva nou creat, nu poate rezulta doar din întâlnirea dintre analizand și nisip, ci și din întâlnirea dintre analist și analizand, respectiv dintre om și om. Nu mă refer astfel la un copil în carne și oase, ci la un „copil relațional“ sau o țesătură relațională ce ia naștere din forțele care se țes în ambele direcții între cei doi oameni. Această țesătură relațională dintre doi oameni nu este vizibilă și

palpabilă aidoma imaginii în nisip, dar ea există, poate fi chiar percepută de terțe persoane, și își exercită efectul asupra corpului și a sufletului participanților. Și aceasta este, fiind o concentrare a energiilor dintre doi oameni, o imaginație, un „subtiles corpus“ în lumea intermediară dintre psihic și materie, respectiv corp. Fie în reprezentarea alchimică, fie în jocul cu nisip sau în analiza verbală, imaginația este, cum spune Jung, „un extract concentrat al forțelor vii fizice precum și sufletești“.

Dacă vrem să înțelegem în cadrul travaliului terapeutic mai exact natura imaginației, deci să o interpretăm, constatăm că însemnătatea ei se situează pe diverse planuri de conștiență. O imagine în nisip are de cele mai multe ori un mesaj ce poate fi recunoscut în mod direct, dar în decursul zilelor și al săptămânilor în care își tot produce efectul, pătrund conexiuni tot mai profunde și mai semnificative din inconștient în conștiință. Fiecare următoare imagine în nisip continuă să lucreze la cea precedentă și contribuie în felul acesta la transformarea judicioasă a energiilor ce privesc o vindecare a analizandului sau atingerea unei trepte superioare a conștiinței.

Aș dori să spun în concluzie că la jocul cu nisip se face în spațiu mic ceea ce trebuie să facă omul din principiu, și anume să transforme, adică să realizeze energiile neformate ale lumii sale interioare de reprezentări, prin lumea concretă, în cazul nostru nisipul, și să transforme iarăși într-o imagine interioară ceea ce s-a creat concret. Această imagine interioară este acum nou formată, este o creație nouă, întrucât ideea inițială neformată a fost transformată prin forța creatoare individuală a unui om și în raport cu lumea existentă, concretă. Astfel creează analizandul prin imaginea în nisip, cu forța imaginației lui, lumea sa complet personală și participă totodată la marea și

neîntrerupta creație a lumii.

Aș dori să privesc acum esența imaginației și dintr-o altă perspectivă. Ideea despre creația neîntreruptă a lumii și despre lumea intermediară a imaginației o găsim și în imaginea celtică asupra lumii, care mi se potrivește mie personal foarte bine.

În felul celtic de a gândi nu există o separare fundamentală între spirit și materie. În concepția celților, spiritul este materia, iar materia spiritul, ambele fiind doar manifestări diferite ale aceleiași energii. Materia este în ultimă instanță realizarea unei idei sau tocmai realizarea imaginației.[28] (Această viziune a conexiunilor dintre spirit și materie este foarte veche și foarte nouă deopotrivă. Și autori moderni, ca fizicianul Fritjof Capra, s-au confruntat cu ea.[29] Din perspectiva psihologiei analitice, C.G. Jung și mai cu seamă Marie-Louise von Franz s-au îndeletnicit intens cu această temă.[30])

La celți, se pune preț pe starea echivocă a conștiinței, pe reprezentarea modificării continue a formei, pe ideea creației neîntrerupte. Totul în cosmos se află în mișcare, totul este împletit și întrețesut, lumea nu este statică, ci mereu în mișcare, în devenire, „in statu nascendi“. Pretutindeni este energie în mișcare, ce tinde spre creație. În general ne cramponăm mult prea mult de pretinsa certitudine a lumii statice. Căutăm să păstrăm tot ceea ce a luat la un moment dat formă, fie în lumea interioară, fie în cea exterioară. Însă viața este vibrație, permanentă mișcare; de aceea ar trebui să învățăm să nu gândim și să nu trăim static, ci să mergem liniștiți pe urmele mișcărilor și schimbărilor din viață și să luăm parte la neîntrerupta recreare a lumii.

Celții disting trei lumi sau trei forme diferite de manifestare a energiei primordiale:

1. Lumea albă, lumea energiei înaintea formării, lumea absolutului, lumea imaginilor originare, lumea arhetipurilor. În

această lume rezidă puterea creatoare a ceea ce încă nu ființează. În această lume rezidă originea și prototipul a tot ce este creat, dar și țelul său. Timpul și spațiul sunt suprimate, contrariile nu sunt separate.

2. Lumea concretă, lumea obiectelor, lumea materială grosolană, energia devenită formă.

3. Între lumea arhetipurilor și lumea concretă se situează ceea ce numesc celții lumea apelor sau lumea râurilor, lumea energiei materiale fine, mereu în mișcare, în curgere, în devenire. În această lume aflăm tărâmul sufletului, unde exterior și interior sunt una, imaginația, „subtile corpus“ al alchimiștilor.[31]

Lumea intermediară a imaginației unește lumea arhetipurilor cu lumea concretă, ceea ce ne putem reprezenta cam așa: prin puterea imaginației, omul poate transforma energia în sine nereprezentabilă, căci este neformată, a imaginilor originare, într-un segment de creație concretă a lumii. Dar el poate și să abstragă experiența și trăirea lumii concrete prin puterea imaginației, contribuind astfel la cizelarea imaginilor originare. La acest proces al transformării energiilor prin imaginație, atitudinea responsabilă moral a omului individual joacă un rol decisiv. De aceea nici nu există pentru celți un rău sau un bine absolut; esențială este pentru ei numai responsabilitatea în acțiune.

Voi ilustra cele spuse printr-un mic exemplu: dacă mama unei familii se află sub dominația aspectului negativ, distructiv al arhetipului matern, ea poate să trăiască inconștient aceste forțe până la epuizare și să învenineze întreaga familie cu ele. Însă dacă simte că în ea acționează forțe rele, poate încerca să le dea formă și să le facă astfel recognoscibile. În cazul jocului cu nisip, prelucrându-l tot mereu în forme noi, ea va deveni cu timpul conștientă de modul în care aceste forțe negative

lucrează în ea și de posibilitățile evitării acestor efecte negative asupra ei și a familiei ei și, eventual, chiar ale transformării lor în unele pozitive. Modificarea necesară în conștiință este sprijinită categoric prin luarea în considerare a componentelor inconștiente, care se relevă în imaginea în nisip sau, desigur, și în visele ce urmează. Hotărâtor pentru o transformare a femeii este însă dacă ea e efectiv dispusă să se confrunte cu sine însăși și dacă manifestă o responsabilitate grijulie și scrupuloasă față de procesul ei.

Motivul pentru care pun eu concepția celtică asupra lumii în legătură cu jocul cu nisip este următorul: în imaginile din nisip putem să recunoaștem deosebit de bine lumea imaginației, pe care celții o numesc lumea apelor sau a râurilor. De-a lungul seriei de imagini în nisip putem să urmărim această căutare și curgere de energii, putem vedea cum se concentrează energiile și găsesc o formă, pentru ca apoi să curgă mai departe către o nouă țintă. Putem urmări atât de frumos acest flux de energii orientat spre un sens și o direcție la imaginile făcute de Maria în nisip (vezi figurile 28–34).

Și reprezentarea celtică a celor trei lumi sau a celor trei forme diferite de apariție a energiei are, firește, o raportare la jocul cu nisip. Putem să vedem legătura reciprocă dintre aceste lumi în jocul cu nisip în acest fel: arhetipurile, ca imagini originare de reprezentare general umane, se răsfrâng constelator asupra energiei materiale fine, ce curge liber. Aceasta este dirijată și condensată de forța imaginativă a omului. Aceste imaginații găsesc în imaginea din nisip pentru scurt timp o formă concretă, ele se materializează, dar după aceea sunt din nou luate înapoi, ca imagine interioară, în lumea intrapsihică insesizabilă a imaginațiilor în mișcare și mișcătoare. Imaginea în nisip este energie concretă, devenită formă, dar imaginea interioară a acesteia este, ca să zic așa, o

provizie de energie care îi stă omului la dispoziție și se poate răsfrânge atât pe plan spiritual-sufletesc, cât și fizic. Imaginea în nisip ca atare nu este, prin urmare, elementul cel mai important, ci numai o etapă intermediară necesară. Concludent este procesul forțelor imaginative aflate în transformare, ce iau naștere din legătura reiterată dintre analizand și nisip, conștient și inconștient.

Pe baza exemplului mamei de familie, am văzut că la începutul unei terapii poate fi constelat un aspect negativ al unui arhetip anume. Ne putem întreba acum dacă nu pot fi constelate și dinspre analist forțe arhetipale negative, care au un efect dăunător sau chiar distrugător pentru analizand. Sau ne putem întreba ce poate să facă analizandul ca să fie constelate forțe pozitive, stimulatoare. Sunt întrebări esențiale, mai cu seamă la o metodă de terapie nonverbală, la care canalele inconștiente dintre analist și analizand stau larg deschise (vezi Capitolul 12).

Reprezentarea alchimică și cea celtică a naturii imaginației îi pot interesa pe acei cititori care se concentrează mai mult pe conexiunile legate de concepția despre lume. Există însă și confruntarea științifică cu puterea imaginației. Mă refer aici la cartea doctoriței Jeanne Achterberg *Die heilende Kraft der Imagination*, al cărei titlu original, *Imagery in Healing: Shamanism and Modern Medicine*, exprimă mai bine între ce poli caută și stabilește autoarea o legătură.[32]

Mă refer în cele ce urmează la elementele care mi se par importante pentru înțelegerea jocului cu nisip. De aceea aș dori să mă concentrez doar rapid pe clarificarea legăturii dintre imaginile interioare și reacțiile corporale.

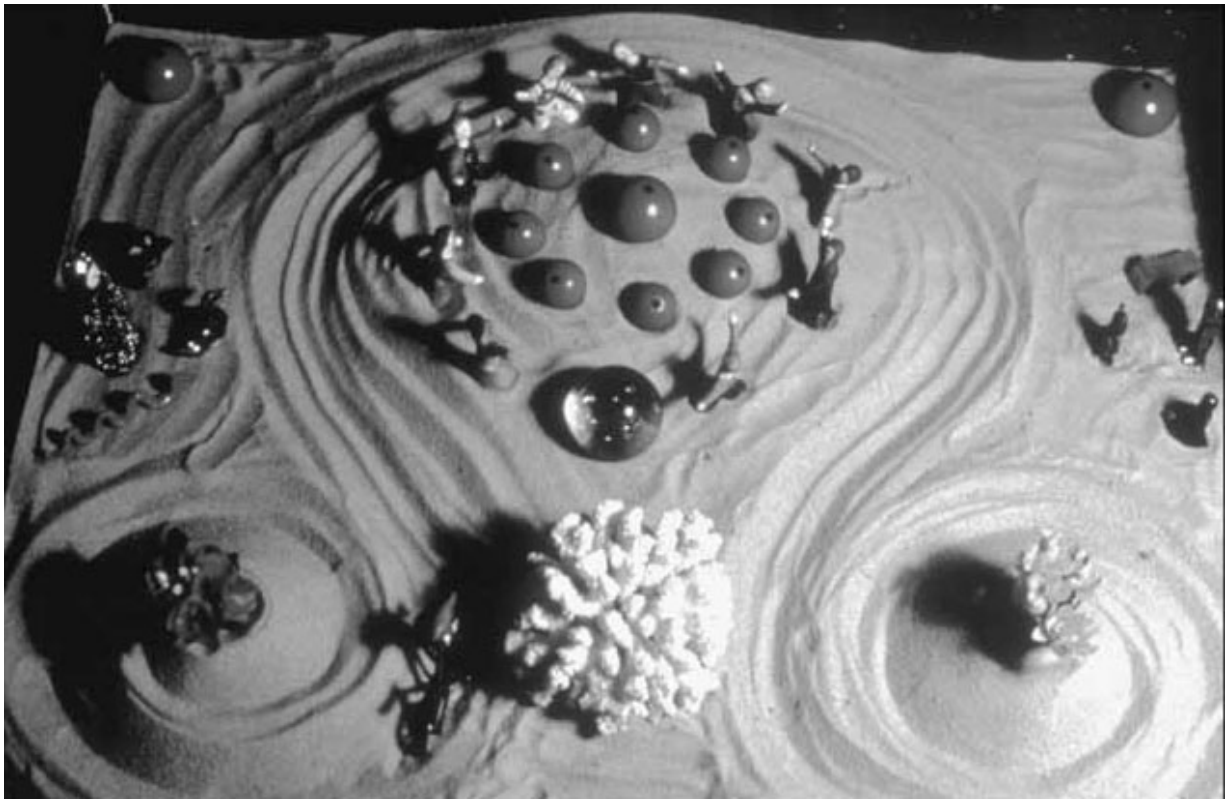


**Fig. 9:** Imagine din nisip realizată de o femeie de 42 de ani. Uter și ovare în stare fecundă, „dansatoare“

Achterberg pornește de la ideea că imaginile interioare au o înrâurire directă și una indirectă asupra reacțiilor fizice și, invers, sunt și ele influențate de acestea. Imaginile interioare pot să prindă consistență prin participarea tuturor organelor de simț, dar pot să ia ființă la fel de bine fără un stimul exterior corespunzător (adică unde de lumină, unde de sunet, molecule olfactive). Presupunem că imaginile interioare, chiar dacă nu declanșează în mod necesar stări de reacții interioare identice cu cele provocate de stimulii propriu-ziși, declanșează oricum unele asemănătoare. De pildă, reprezentările cu investire anxioasă sau fantasmele sexuale intense sunt însoțite de modificări fiziologice dramatice. Stările de excitație fiziologică sunt puse în legătură cu reprezentarea unor stimuli dăunători, ceea ce se poate măsura în frecvența bătăilor inimii, încordarea

musculară și gradul rezistenței pielii. (Aceste conexiuni sunt folosite de exemplu la așa-numitul detector de minciuni, iar în psihologia analitică la experimentul asociativ.) Jeanne Achterberg extrage din lucrările mai multor cercetători faptul că imaginile interioare sunt capabile să influențeze chiar diferite zone ale sistemului imunitar.

**Fig. 10:** Imagine din nisip realizată de o femeie de 45 de ani. În stânga, latura introvertită, gânditoare, în dreapta latura veselă, extravertită, între ele legătura energetică

În practica terapiei prin jocul cu nisip putem observa următoarele aspecte referitoare la reacțiile fiziologice: realizarea unei imagini în nisip poate să declanșeze la un analizand reacții foarte violente, cum ar fi tremurat, valuri de sudoare, crize de slăbiciune, nevoia urgentă de a urina, plâns; dar și detensionare și liniștire a activității cardiace și a respirației, un sentiment de fericire și o stare de bine, relaxarea

stomacului, îmbunătățirea generală a capacității percepției senzoriale.

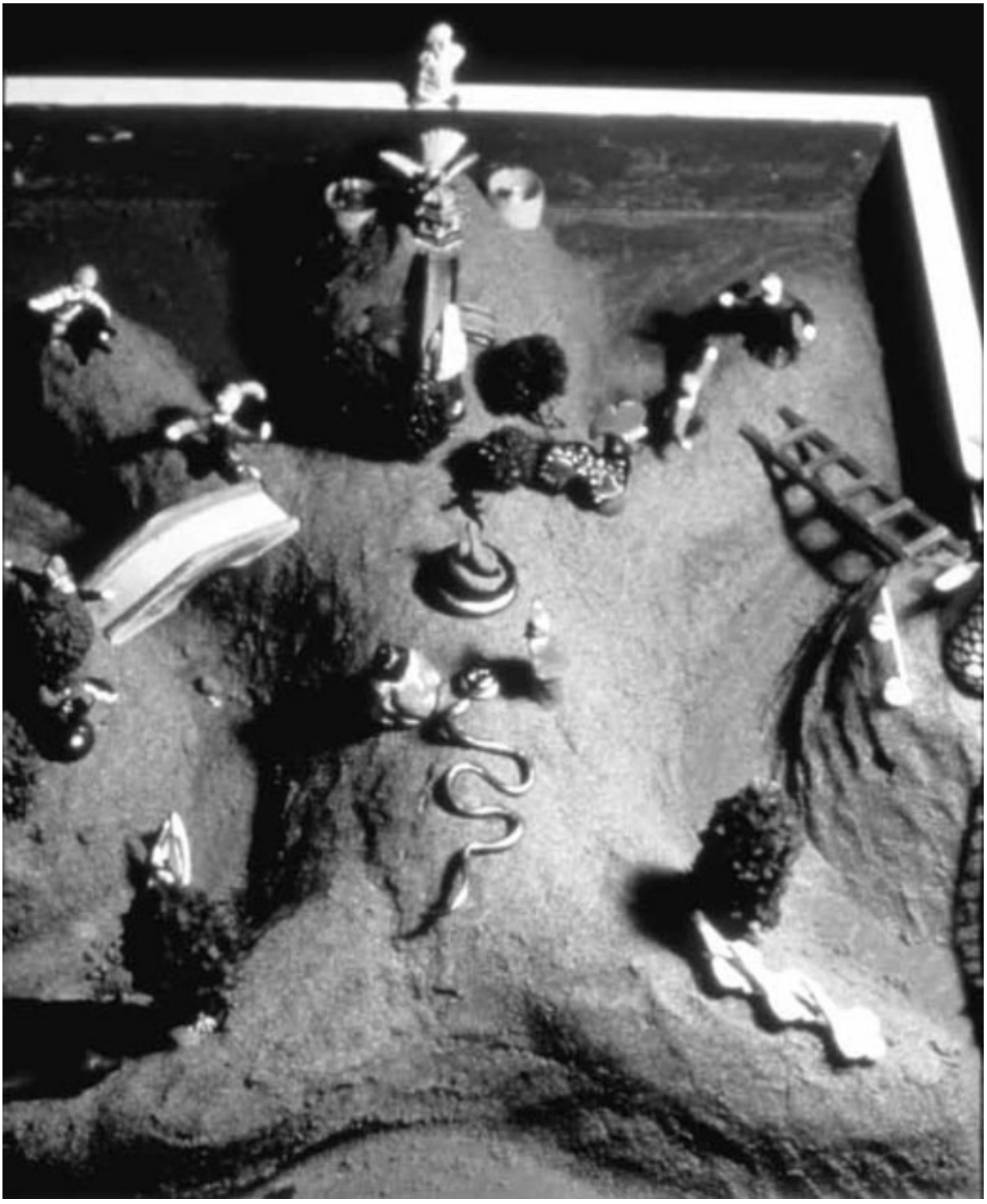


**Fig. 11:** Imagine din nisip realizată de o femeie de 45 de ani. Reprezentarea corpului cu centre vizibile de energie, chakre

Pe de altă parte, o imagine în nisip poate să prezinte și starea în care se află organele corpului, de pildă starea „fericită“ a organelor sexuale feminine (vezi fig. 9), sau să fie prezentarea inconștientă personală a emisferei stângi și a celei drepte ale creierului (vezi fig. 10). În figura 11 putem recunoaște diferitele centre energetice în parte.

Pe parcursul numeroșilor ani în care am lucrat cu metoda jocului cu nisip, am putut constata că reacțiile fizice dezagreabile apar mai ales la începutul unei terapii, se transformă apoi încetul cu încetul și trec în niște sentimente de ușurare și bucurie; bucuria de a se juca, bucuria de a modela, bucuria când văd cât de frumoase sunt imaginile realizate (vezi fig. 2, fig. 27 și fig. 38). Bucuria și sentimentele de fericire legate de frumusețea propriilor imagini au o influență, după cum va înțelege oricine, extrem de benefică asupra însănătoșirii și sănătății emoționale și fizice. Tocmai în jocul cu nisip putem recunoaște în alegerea obiectelor cât de mare este, la adulți și copii, nevoia de frumusețe. De aceea ne trebuie în colecția noastră și lucruri frumoase, colorate, încărcate de sens, care au fost lucrate și adunate cu grijă. Din aceste obiecte sunt realizate apoi cu drag imagini în nisip care reprezintă în frumusețea lor niște mici daruri personale făcute lui Dumnezeu. Și, la rândul lor, ele nu dăinuie în forma lor exterioară, ci sunt interiorizate ca surse de fericire și bucurie pe care nu ți le poate lua nimeni. Și analistul este profund impresionat de aceste imagini. Adesea mă gândesc ce mare cadou ne dau analizanzii făcându-ne părtași la imaginile lor sufletești.

---

[27] Jung, C.G., *Psychologie und Alchemie*, în *GW*, vol. 12, *ed. cit*., pp. 322 și urm.

[28] Markale, Jean: *Die Druiden*, Dianus-Trikont, München, 1985, mai ales capitolul 4,

„Die geistige Welt der Druiden“.

[29] Capra, Fritjof: *Wendezeit*, Scherz, München, 1983.

[30] Franz, M.-L. von: *Spiegelungen der Seele*, Kösel, München, 1988.

[31] Bischof, Marco: *Unsere Seele kann fliegen*, mai ales capitolul „Druiden, keltisches Christentum und Geomantie“, Verlag im Waldgut, Frauenfeld, 1985.

[32] Achterberg, Jeanne: *Die heilende Kraft der Imagination*, *ed. cit*., mai ales capitolul „Wissenschaft und Imagination“.

CAPITOLUL 6

# Folosirea jocului cu nisip în travaliul analitic

Prima mea întâlnire cu metoda jocului cu nisip a avut loc în cabinetul Dorei Kalff. Acolo am făcut experiența procesului meu personal în jocul cu nisip, iar mai târziu am lucrat cu pacienți, ca asistentă a ei.

Dora Kalff mi-a transmis un tip foarte concentrat de joc cu nisip, adică fiecare ședință terapeutică era dedicată realizării unei imagini în nisip. Desigur că în aceste ore se și vorbea despre ceea ce se petrecea în cutia cu nisip și despre alte lucruri care mă frământau, se râdea și se plângea în legătură cu ele, dar imaginile nu erau analizate. Abia mai târziu au fost interpretate, la câteva luni după încheierea procesului creativ.

Această primă fază a terapiei concentrate total pe modelarea în nisip solicită din partea analizandului multă dăruire și răbdare. Îți croiești calea încercând să răzbești ca printr-un vas închis, înaintând încet-încet pe drumul sufletului. Nicio apreciere, nicio interpretare rațională nu tulbură fluxul procesului terapeutic, se exclude și curiozitatea în legătură cu explicațiile analistului, ceea ce este adesea greu de suportat. Analizandul trebuie să-și înfrunte nerăbdarea, trebuie să dea deoparte dorința lăuntrică, trebuie să învețe să se confrunte cu însușiri precum răbdarea, dăruirea, încrederea în propriul suflet și în analist, trebuie să lase lucrurile să se întâmple.

Toate acestea sunt dificile pentru oamenii de azi, dar îi fac

să învețe câte ceva și le aduc un lucru foarte prețios: liniștea interioară.

Acest proces „pur“ al jocului cu nisip stimulează, cu puternica sa orientare și concentrare netulburată pe propriul suflet, procesul de autovindecare al persoanei respective într-un mod cu totul special. După experiența mea, aceste terapii sunt mai scurte decât terapiile și analizele verbale și au o formă rotunjită, închisă, căci în partea a doua a procesului, prin revederea și prelucrarea imaginilor în nisip pe baza diapozitivelor, evenimentul terapeutic este reluat, consolidat în conștiință și cizelat și astfel readus în cotidian. Un exemplu în acest sens găsim în Capitolul 8.

Există tot mereu oameni care vor și pot să se angajeze în acest tip foarte închis, foarte concentrat de joc cu nisip.

Alții doresc pe de o parte să execute în ședință o imagine în nisip, dar pe de alta să și vorbească în detaliu despre visele lor și să aprofundeze problemelor lor cotidiene. Atunci eu propun niște ședințe mai lungi, care să ne lase timp suficient atât pentru o imagine în nisip, cât și pentru discuția analitică. În acest cadru devine acum foarte clar că atitudinea terapeutică a analistului trebuie să rămână în esență aceeași atunci când se trece de la cutia cu nisip la discuție. La cutia cu nisip, activitatea este în totalitate a analizandului; analistul nu dă nici indicații, nici interpretări. Atitudinea lui este deschisă, fără idei preconcepute și respectuoasă față de ceea ce înfățișează analizandul. El trebuie să fie mereu conștient că nici după o experiență de ani de zile nu știe în fond ce înseamnă o imagine în nisip pentru analizand. Fiecare imagine următoare interpretează o bucată din cea precedentă. Această atitudine respectuoasă a analistului, care se ține pe sine în umbră, atitudine care se raportează mereu la cele exprimate de analizand și la asociațiile lui, o adoptă însă analiștii de factură

jungiană și în travaliul terapeutic cu vise sau imagini. Fie că se lucrează verbal sau nonverbal, este de fiecare dată o conlucrare respectuoasă între doi oameni cu privire la un terț, și anume procesul de individuație al analizandului și, într-o anumită măsură, și al analistului. Și acesta se transformă prin fiecare terapie.

Eu una apreciez foarte mult acest tip de cadru, căci el permite abordarea sub diferite aspecte a unei teme constelate, respectiv prin diferite trepte ale conștiinței și inconștientului. Așa cum încerc să arăt în cazul „Annei“ (vezi Capitolul 11), imaginile în nisip se deplasează, în comparație cu visele, de cele mai multe ori pe un plan și mai adânc inconștient, căci este fizic, fiind de aceea și cel mai greu de interpretat. Conform experienței, trec cel puțin câteva luni până când conținuturile imaginilor din nisip sunt preluate de conștiință. De ce să încerce deci analistul să le interpreteze într-un moment în care ele încă nici nu pot fi preluate de conștiință?

Cel mai clar putem recunoaște profunzimea diferențiată a nivelurilor inconștiente ale viselor și imaginilor în nisip când urmărim o perioadă mai îndelungată o analiză onirică însoțită la intervale mai mari de timp de realizarea unor imagini în nisip sau când un analizand face în principiu o analiză verbală, dar la nevoie creează, la câteva săptămâni odată, și o imagine în nisip. Dacă privim apoi retrospectiv desfășurarea procesului terapeutic, putem constata că visele se roteau de pildă în jurul temelor tinereții, familiei, dezvoltării profesionale, în timp ce imaginile în nisip indicau motive fizice, precum concepția, creșterea unui embrion sau nașterea. În acest caz, procesul terapeutic verbal, care s-a dezvoltat din dialogul dintre conștiință și inconștientul familial sau personal, era însoțit de un al doilea proces nonverbal, care se derula, „aproape pe tăcute“ sau de cele mai multe ori observat doar de analist, pe

plan corporal. Din aceste procese „pe două benzi“ am învățat că procesele fizice (precum și modificările patologice din corp) pot fi desigur reprezentate cu mâinile, dar conștiința analizandului de abia le percepe. Terapeutul versat, specializat în metoda jocului cu nisip, poate să recunoască însă conexiunile. Din acest motiv, sunt de părere că în jocul cu nisip zace încă un potențial mare și neexploatat, în ceea ce privește medicina.

Apoi, am mai învățat din aceste terapii, precum și din alte terapii prin jocul cu nisip care au loc la intervale mai mari și neregulate de timp, că psihicul urmărește lăuntric un scop precis și nu se lasă perturbat în evoluția lui nici de niște ședințe neregulate, nici de niște distanțe de timp mai mari între ședințe. Corelațiile de sens și orientare dintre diferitele imagini în nisip dăinuie în continuare și ne fac pe noi, terapeuții Sandplay, să ne tot uimim plini de respect văzând înțelepciunea sufletului, orientată spre un țel clar.

În cele din urmă, aș dori să mai menționez un mod în care poate fi folosit jocul cu nisip în travaliul analitic. Unii oameni nici nu se simt bolnavi psihic, nici nu fac o analiză didactică, dar au nevoie din când în când, din diferite motive, să intre în contact cu inconștientul lor. Ei caută dialogul cu ei înșiși și cu mine, ca analistă. Caută în mod conștient întâlnirea cu necunoscutul, cu neașteptatul, iar de cele mai multe ori chiar au forța și maturitatea sufletească necesare pentru a se deda acestei aventuri. Sunt pregătiți pentru „jocul“ cu nisipul, cu inconștientul și nu mai resimt „joaca“ drept o „umilință dureroasă“, așa cum se exprima C.G. Jung în *Amintirile* sale, ci creează relaxați și spontani o imagine. Atunci eu le cer să-mi povestească ceva legat de imagine sau să fantasmeze pe seama ei. După un timp încep să răspund la ceea ce aud și văd sau să-mi exprim și eu fantasmele și gândurile care-mi trec prin minte.

Se înfiripă astfel — tot timpul cu privire(a) la imaginea în

nisip — un dialog între analizanzii mei și mine, care începe adesea jucăuș, fantasmând, pentru ca de cele mai multe ori să pătrundă repede în profunzime și să atingă problema rămasă până atunci ascunsă. Ceea ce este deosebit la aceste discuții în fața cutiei cu nisip este că, din cauză că ambii suntem mereu raportați la un terț, și anume imaginea în nisip dintre noi, pot fi exprimate de către analizand lucruri de o atât de mare profunzime și intimitate, cum rareori am parte să aud în situația „face-to-face“ a analizei verbale. Se creează o situație asemănătoare celei din povești când, de pildă, eroul își încredințează cele mai mari suferințe, dorințe sau secrete unei sobe vechi de fier. Numai că la burlanul sobei trage cu urechea regele — deci analista. Aceasta poate, din nou prin burlanul sobei, să răspundă sau să-și exprime gândurile, fără să se apropie prea mult de eroul de basm, întrucât acesta are libertatea să preia din soba de fier numai acele vorbe care i se potrivesc pe moment. Pe celelalte le lasă să zăbovească în sobă. Poate că își amintește într-o zi de ele și atunci le scoate din vechea sobă, căci acolo ele se păstrează bine și nu se irosesc.

Tot așa se întâmplă și la jocul cu nisip. Analizandul ia cu sine dintr-o imagine numai atât cât poate prelua, cât poate absorbi în acel moment. Restul îl preia eventual mai târziu, când se adâncește din nou în fotografiile imaginilor pe care le-a executat.

Jocul cu nisip poate fi deci folosit într-un mod foarte diferențiat în munca analitică. Spectrul merge de la procesele continue, care se dezvoltă majoritar în inconștient și sunt conștientizate abia în a doua fază, până la confruntarea punctuală cu imaginea în nisip pe plan conștient. „Jocul cu nisip“ este, în sensul psihologiei jungiene, întotdeauna analitic când conștientul și inconștientul se fecundează reciproc, iar din această fecundare crește o personalitate înnoită, maturizată.

CAPITOLUL 7

# Schemă de interpretare a simbolului spațiului

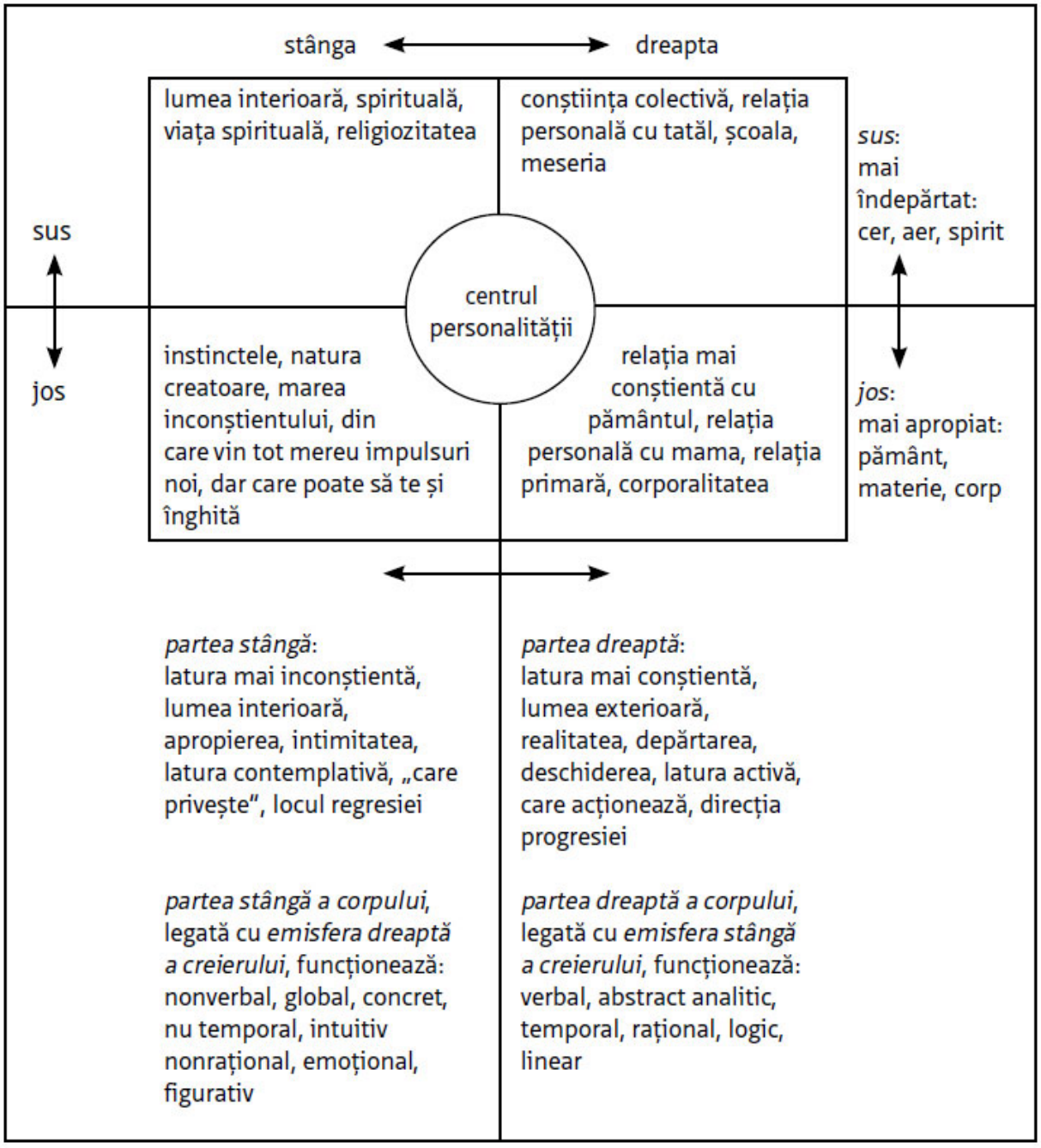
O imagine în nisip poate să conțină concomitent diferite planuri ale conștiinței, iar acestea, la rândul lor, diferite stări în care se află un om.

Poate avea la fel de multe sensuri și să fie la fel de complicată ca lumea spiritual-sufletesc-corporală a celui care „se joacă cu nisipul“. De aceea, pentru tălmăcirea imaginilor în nisip este foarte utilă o schemă generală de interpretare a simbolului spațiului. Eu mi-am alcătuit-o din criterii general valabile și din experiențele mele cu metoda terapeutică a jocului cu nisip.

Totuși ea trebuie să ne fie numai un ajutor bine-venit de orientare, iar noi să fim oricând gata să regândim criteriile generale de interpretare și să le adaptăm nivelului personal de dezvoltare și situației de viață a analizandului.

La jocul cu nisip se ivește o greutate deosebită din cauza faptului că înțelegerea spațială și cea plană sunt amestecate. Prin capacitatea de prelucrare plastică a nisipului, în cutia cu nisip se produce o dezvoltare de jos în sus. Analizandul poate să lucreze în adâncime și în înălțime, el poate să prelucreze nisipul într-un mod foarte plastic sau aproape să nu-l atingă. Și aceste diferențe trebuie avute în vedere la interpretare. Cu cât cineva lucrează mai plastic, cu cât în „imaginea lumii“ creată de el intră mai multă lumină și umbră, cu atât mai mult se apropie

el de lumea concretă, materială. Remarc și că odată cu creșterea plasticității în imagine devine tot mai clar vizibilă și umbra psihică a analizandului.


stânga
dreapta
lumea interioară, spirituală, viața spirituală, religiozitatea
conștiința colectivă, relația personală cu tatăl, școala, meseria
sus
jos
centrul personalității
sus: mai îndepărtat: cer, aer, spirit
jos: mai apropiat: pământ, materie, corp
instinctele, natura creatoare, marea inconștientului, din care vin tot mereu impulsuri noi, dar care poate să te și înghită
relația mai conștientă cu pământul, relația personală cu mama, relația primară, corporalitatea
partea stângă: latura mai inconștientă, lumea interioară, apropierea, intimitatea, latura contemplativă, „care privește", locul regresiei
partea dreaptă: latura mai conștientă, lumea exterioară, realitatea, depărtarea, deschiderea, latura activă, care acționează, direcția progresiei
partea stângă a corpului, legată cu emisfera dreaptă a creierului, funcționează: nonverbal, global, concret, nu temporal, intuitiv nonrațional, emoțional, figurativ
partea dreaptă a corpului, legată cu emisfera stângă a creierului, funcționează: verbal, abstract analitic, temporal, rațional, logic, linear

Dar analizandul nu stă *în* cutia cu nisip, ci *în fața* ei. De aceea el percepe cutia cu nisip ca pe o bucată de hârtie pe care pictează un tablou. Astfel, marginea mai apropiată a cutiei cu

nisip devine marginea de jos a tabloului, iar marginea mai îndepărtată, marginea de sus a tabloului. În principiu, noi fotografiem și interpretăm imaginile în nisip din poziția celui care le creează.

Mijlocul imaginii în nisip constituie întotdeauna motivul central. Reprezentând diferite aspecte ale Sinelui, am găsit până acum mereu mandale în centrul imaginilor din nisip, căci ele ilustrează și centrarea personalității.

Despre motivele din cele patru colțuri se poate spune că reprezintă adesea componentele hotărâtoare, condițiile generale, condiții-cadru, ale evenimentului.

Am făcut în genere experiența că impulsurile mentale noi vin din colțul stâng, de sus, în imagine (vezi fig. 15 și fig. 36). Forțele care vin din colțul stâng, de jos (vezi fig. 14, fig. 29 și fig. 36), indică mai degrabă o afluență de energii din sfera corporală și instinctuală. Forțele din lumea exterioară, de exemplu, și cele rezultate din contratransferul analistului asupra analizandului se anunță de obicei venind din dreapta (vezi fig. 21 și fig. 31). În orice caz însă, poziția analistului trebuie luată atent în considerare, întrucât din obiectele aflate în această direcție se pot trage foarte frecvent concluzii despre transferul analizandului asupra analistului (vezi fig. 43).

Mișcările spre stânga indică regresie, deci o curgere a energiilor înapoi în inconștient, ceea ce poate însemna o cufundare în inconștient sau o curgere înapoi și o acumulare de energii în inconștient cu scopul unei progresii noi.

Mișcarea din stânga jos către dreapta sus indică o dezvoltare în lumea exterioară, „înspre viață“. O întâlnim adesea la oamenii mai tineri.

**Fig. 12:** Eva, imaginea din nisip nr. 1

**Fig. 13:** Eva, imaginea din nisip nr. 2

**Fig. 14:** Eva, imaginea din nisip nr. 3

**Fig. 15:** Eva, imaginea din nisip nr. 4

**Fig. 16:** Eva, imaginea din nisip nr. 5

**Fig. 17:** Eva, imaginea din nisip nr. 6

**Fig. 18:** Eva, imaginea din nisip nr. 7

**Fig. 19:** Eva, imaginea din nisip nr. 8

**Fig. 20:** Eva, imaginea din nisip nr. 9

**Fig. 21:** Eva, imaginea din nisip nr. 10

**Fig. 22:** Eva, imaginea din nisip nr. 11

**Fig. 23:** Eva, imaginea din nisip nr. 12

**Fig. 24:** Eva, imaginea din nisip nr. 13

**Fig. 25:** Eva, imaginea din nisip nr. 14

**Fig. 26:** Eva, imaginea din nisip nr. 15

**Fig. 27:** Eva, imaginea din nisip nr. 16

**Fig. 35:** Elisabeth, figurile principale

**Fig. 36:** Elisabeth, imaginea din nisip nr. 1

**Fig. 37:** Elisabeth, imaginea din nisip nr. 2

**Fig. 38:** Elisabeth, imaginea din nisip nr. 3

**Fig. 39:** Elisabeth, imaginea din nisip nr. 4

**Fig. 40:** Elisabeth, imaginea din nisip nr. 5

**Fig. 41:** Elisabeth, imaginea din nisip nr. 6

**Fig. 42:** Elisabeth, imaginea din nisip nr. 7

**Fig. 43:** Anna, imaginea din nisip nr. 1

**Fig. 44:** Anna, imaginea din nisip nr. 2

**Fig. 45:** Anna, imaginea din nisip nr. 3

**Fig. 46:** Anna, imaginea din nisip nr. 4

**Fig. 47:** Anna, imaginea din nisip nr. 5

**Fig. 48:** Anna, imaginea din nisip nr. 6

**Fig. 49:** Anna, embrion roşu

**Fig. 50:** Anna, autoportret în roşu şi portocaliu

CAPITOLUL 8

# Eva — procesul de vindecare a unei femei cu o depresie severă

Eva este o femeie inteligentă, care arată bine și provine dintr-o familie cultivată, tipic burgheză. Este căsătorită și locuiește într-o mică localitate din Elveția.

Când m-a contactat pentru prima oară, avea patruzeci de ani și doi copii de vârstă școlară. După bacalaureat nu urmase o pregătire profesională, dar lucrase de când se căsătorise în diferite locuri de muncă cu program redus. În momentul începerii terapiei cu mine era angajată într-o profesie socială, pe care, obiectiv vorbind, o exercita bine. Numai că subiectiv nu se simțea de regulă suficient de capabilă în munca ei, își minimaliza de cele mai multe ori realizările, voia chiar adesea să renunțe la activitatea ei. Tot mereu însă, colegii și șefii ei, care în mod evident îi apreciau munca, o convingeau să rămână.

Eva începuse deja diferite terapii și analize din cauza depresiilor ei continue, foarte severe, și se implicase și în travaliul terapeutic. Aceste terapii erau tot mereu întrerupte din diverse motive, fără să fi dus însă la o ameliorare vizibilă a stării ei sau chiar la vindecarea ei. Dimpotrivă, din cauza transferului nerezolvat dintre ea și terapeuții bărbați pe care îi avusese, ele au lăsat în urma lor încă alte răni adânci în stima de sine a Evei ca femeie. Stima ei de sine oscila oricum, în ciuda frumuseții și sănătății ei fizice și a înzestrării spirituale, între o

oarecare apreciere medie a persoanei ei și o ură de sine profundă, distrugătoare, însoțită de sentimente masive de vinovăție.

Această ură față de propria persoană se manifesta, pe de o parte, în faptul că își lovea, zgâria și tăia corpul, pe de alta, în aceea că voia să se distrugă prin abuz de alcool și medicamente. Alcoolul și medicamentele îi serveau însă mai cu seamă pentru a-și acoperi și pentru a refula stările de singurătate și de angoasă ce zăceau în spatele urii de sine, care luau tot mereu asemenea proporții, încât nu își mai dorea decât liniște și eliberarea în anihilarea conștiinței sau în moarte. Când trecea prin astfel de episoade, se ducea de bunăvoie timp de câteva săptămâni într-o clinică unde găsea ocrotire și liniște. Atmosfera izolată a clinicii îi făcea bine pentru scurt timp, iar medicamentele îi alinau stările de angoasă și îi domoleau dorințele de moarte.

Numai că ședерile la clinică nu schimbau nimic fundamental în starea psihică a Evei; după părerea mea, asta nu ar fi fost posibil în câteva săptămâni nici cu îngrijirea cea mai eficientă. În orice caz, au dus la supraviețuirea Evei, ceea ce, văzut din perspectiva vieții ei de acum, pare să fi fost un noroc.

În concluzie, se poate spune că Eva suferea de o tulburare narcisică severă.

Despre tinerețea Evei și situația ei familială putem spune numai foarte puțin, din motive de discreție. Este copil singur la părinți. Mama ei avea o structură depresivă. Încrederea ei în sine ca femeie și în viață ca atare a fost atât de perturbată înainte de nașterea Evei printr-o trăire profund traumatică, încât nu i-a putut transmite fiicei ei o atitudine pozitivă față de ea însăși și de lume, ci a transferat asupra ei sentimente de părăsire, de inferioritate și anxietate.

Tatăl Evei era un bărbat axat pe realizări, cu o gândire rațională. Eva avea de fapt o relație pozitivă cu el și el cu ea la fel, doar că această afecțiune reciprocă nu s-a putut răsfrânge rodnic asupra stimei de sine a Evei. Tatăl ei nu a vrut sau nu a putut să vadă fundalurile permanentei depresii profunde a fiicei lui, darămite să se transpună în situația ei. El credea că totul era rezolvabil cu puterea voinței și că o depresie putea fi anihilată sau cel puțin ținută în șah printr-un efort de voință și prin muncă în acest sens.

Foarte asemănătoare era și atitudinea soțului Evei. Îi venea greu să înțeleagă faptul că „boala“ soției lui nu era o chestiune de răsfăț, slăbiciune a voinței sau chiar răutate, ci rezultatul unei răniri adânci la temelia vieții, o rană care nu se vindecase, ci, din contră, se deschidea mereu. Era de părere că soția lui își putea ține viața în ordine prin voință și disciplină conștientă. Nici el, nici tatăl Evei nu puteau empatiza cu sentimentul profund de părăsire și cu anxietățile Evei. Nu pot intra aici mai în detaliu în legătură cu motivele. Doresc doar să arăt că frica existențială și sentimentele de slăbiciune și părăsire aproape că *trebuie* refulate în ziua de azi de către un bărbat cu o poziție de conducere, deoarece slăbesc desigur în mod sensibil randamentul care i se cere. Este plauzibil că aceste laturi refulate, obscure ale sufletului se deplasează asupra membrilor „mai slabi“ ai familiei, de pildă soția sau fiica, și trebuie trăite de aceștia substitutiv.

*Voința* atât de puternic accentuată de amândoi se definește în psihologia analitică drept „energia psihică ce stă la libera dispoziție a conștiinței“. Cine reflectează la această definiție își va da ușor seama că un om nu își poate mobiliza voința și nu o poate pune în slujba unei realizări țintite dacă suferă de un atare sentiment elementar de părăsire și de înstrăinare de sine precum Eva. Avea nevoie de întreaga energie pentru a

supraviețui, căci, după cum vom vedea mai jos din imaginile ei în nisip, risca tot mereu să sângereze până la moarte din cauza acestei răni, ceea ce înseamnă că energia ei vitală se scurgea din ea, iar izvorul ei interior, din care putea să se reverse spre ea una nouă, nu era încă accesibil (vezi fig. 20).

Această neînțelegere a unei suferințe nesesizabile rațional, refulată la mulți oameni până la imposibilitatea de a o mai simți, este larg răspândită în ziua de azi. Ideea că psihicul este dirijabil rațional, iar vindecarea suferințelor psihice, realizabilă — cu condiția ca pacientul să o „vrea“ — este tipică pentru societatea noastră axată pe performanță. Ceea ce este delicat și vulnerabil în sufletul omenesc nu-i deloc luat în seamă. Timpul și spațiul de care are nevoie dezvoltarea sufletească nu sunt acordate. Necesitățile și manifestările sufletului sunt în cea mai mare parte date deoparte în favoarea randamentului, a dezvoltării, progresului, stabilității, ordinii.

Mai cu seamă lumea masculină găsește multe motive rațional justificabile, convingătoare, pentru a înăbuși natura sufletului și a clasifica suferința sufletească drept manifestare a unei personalități slabe de voință, moleșită. Ceea ce nu înseamnă însă că suferința nu mai există. Se remarcă puternic, mai ales la femei, atât suferința din cauza propriei incapacități de a-și accepta viața în mod pozitiv, cât și, mai cu seamă, suferința fundamentală din cauza spațiului de viață prea îngrădit și strâmt pentru necesitățile și manifestările sufletului. Pe analizanda mea o numesc în mod deliberat aici Eva, întrucât suferința ei este și suferința multor altor femei, poate nu chiar în această proporție, dar din aceeași cauză.

Eva auzise de mine legat de metoda jocului cu nisip. Când a venit pentru prima dată în cabinetul meu, am văzut în fața mea o femeie palidă, crispată, de o tristețe profundă. Trupul ei era adunat, contractat în el, dur și rece, de parcă orice vibrație și

căldură s-ar fi retras complet în interiorul cel mai îndepărtat. A adoptat de mai multe ori șezând un fel de poziție de embrion, încrucișându-și brațele în fața pieptului, ca și cum ar fi vrut să-și protejeze inima. A plâns mult și mi-a povestit incoerent din viața ei. Mi-a tot spus că nu mai avea nicio speranță să se facă bine și că îi era imposibil să se încreadă în alți oameni. Trecea deja de dimineață pe alcool și medicamente, pentru a putea să adoarmă la loc. Își neglija astfel familia și munca, ceea ce, la rândul său, declanșa în ea sentimente chinuitoare de inferioritate și vinovăție.

Oferea imaginea unei păsări pe jumătate moarte, înghețate, iar impulsul natural ar fi fost să o iei în brațe și să o încălzești. Ceea ce nu am făcut, căci ființele pe jumătate înghețate trebuie încălzite cu foarte multă prudență. Dar întrucât analiștii sunt și oameni, i-am făcut o cafea, ca semn tăcut că simțeam cât de rece îi este la inimă. Prima întâlnire cu un analizand este foarte importantă pentru mine, căci atunci „ochiul“ meu încă nu e tulburat de nicio cunoaștere conștientă despre el. În această oră, eu am vorbit foarte puțin, am ascultat pur și simplu și am încercat să sesizez instinctiv și intuitiv ce fel de om ar putea fi ascuns îndărătul acestei femei triste, înghețate.

Ceva petrecut la începutul terapiei mi se mai pare că merită să fie menționat. Așa cum se întâmplă adesea la analizanzii cu o stimă de sine puternic tulburată, nici Eva nu știa niciodată, la începuturile terapiei, dacă va veni din nou la ședința următoare. Nu credea într-o ameliorare a stării ei, respectiv lipsa ei de încredere în viață nu-i îngăduia să nutrească nădejdea că se va face mai bine. Fără a da curs șovăielilor ei, i-am explicat că o însănătoșire este posibilă numai dacă își dă ei înseși, sau mai bine zis inconștientului ei, și îmi dă și mie răgazul necesar să ne desfășurăm. I-am propus de aceea în a doua oră să se angajeze să vină la următoarele zece ședințe de

terapie. Am putut adopta această atitudine hotărâtă, întrucât în acel moment văzusem deja prima ei imagine în nisip (fig. 12). Atitudinea mea s-a și dovedit corectă. Eva a fost mai târziu de părere că acesta fusese imboldul decisiv pentru perioada lungă de timp a colaborării noastre analitice.

La a doua oră, Eva a venit la fel de palidă și de crispată ca la prima, dar mi s-a părut că nu s-a împotrivit să vină. În decursul orei s-a dus și la cutia cu nisip. Am în cabinetul meu o cutie cu nisip deschis la culoare, de obicei uscat, și o a doua cu nisip de mare ceva mai închis la culoare, foarte fin. Eva a ales nisipul mai închis, mai pământiu și l-a umezit cu apă. Era evident că nu avea vreo teamă sau vreo inhibiție în fața calității pământoase, materiale a nisipului umed. Dimpotrivă, părea să caute materialul solid, modelabil. A format apoi, întreruptă tot mereu de un plâns cu spasme, prima imagine.

## Imaginea din nisip nr. 1 (fig. 12)

Pe cât de tristă și de crispată, aproape descompusă în plâns și dezorientată părea Eva ca persoană în ansamblul ei, pe atât de calm, de delicat și de sigur modelau mâinile ei nisipul. Am văzut cu mare mirare și o emoție crescândă cum a luat naștere prima ei imagine: a devenit o imagine centrată, echilibrată, o imagine alcătuită frumos și sigur, a ordinii! Pentru a înțelege de ce am fost atât de profund impresionată de această imagine în nisip, trebuie să ne aducem aminte că Eva suferea de ani de zile de depresiile cele mai severe, că era dependentă de diferite medicamente, că avea uneori atât de puțină structură internă, încât nu mai putea trăi decât într-o clinică și că venise la mine fără speranța unei însănătoșiri.

Construise acum o colină primordială rotundă, pe trei trepte, împărțită în patru, perfect structurată. Această colină rotundă era la rândul său cuprinsă de un cerc, care o apăra ca

un dig de protecție și o ținea în coeziune. Acest cerc protector era solid ancorat în colțurile cutiei cu nisip.

Imaginea reprezintă o mandala tridimensională. Mandala înseamnă în sanscrită „cerc“ și denumește un desen circular cultic. Mandale ca structuri circulare găsim însă și în natură, în reprezentările omenești cele mai variate, precum și în manifestările spontane ale psihicului. Ele sunt expresia totalității, a atotcuprinzătorului, o imagine a divinității. Mandalele, divizate uneori în patru sau mai multe părți, pot fi simbol pentru cosmos, pentru Creator, pentru energia creatoare omniprezentă, pentru ciclul vieții, pentru cele patru anotimpuri în ciclul anului și, din perspectivă psihologică, pentru totalitatea psihicului, arhetipul Sinelui. (După cum vom vedea la imaginile în nisip ale Mariei, formele circulare presărate cu anumite miniaturi reprezintă aspecte, devenite formă, ale anumitor arhetipuri, care sunt toate însă, la rândul lor, aspecte parțiale ale întregului, ale Sinelui.) Jung vorbește despre arhetipul Sinelui ca fiind principiul totalității, al ordinii și totodată centrul rânduitor al psihicului.[33] El vorbește și despre mandalele care apar spontan în vise și imaginații ca fiind încercarea inconștientă a sufletului de centrare și autovindecare.[34] Atunci mandala reprezintă o schemă ordonatoare, care se așază întru câtva peste haosul psihic și contracarează tendința de destrămare (sufletul o are și pe aceasta) prin cercul protector, care menține coeziunea.

În imaginea din nisip făcută de Eva, mandala era o încercare spontană a sufletului ei de a se apăra și a se centra. Am apreciat această reacție a inconștientului la starea ei de dezorientare drept un semn favorabil pentru terapie. Solida ancorare a inelului protector în cele patru colțuri ale cutiei cu nisip am interpretat-o în felul acesta: Eva căuta în mod inconștient protecție și stabilitate în cutia cu nisip, ceea ce

corespunde în mare dorinței de „spațiu liber și protejat“ în situația terapeutică.

Este important să fac în acest loc câteva observații fundamentale legate de desfășurarea terapiei Evei. Ea a venit la mine în mod regulat o dată sau de două ori pe săptămână. În timpul primelor douăzeci de luni, starea ei de bază era una foarte tristă, disperată și labilă, potențată de abuzul de medicamente și alcool. Plângea adesea în ședințe, dar îmi și povestea multe din viața ei. În acest interval de timp a creat în fiecare săptămână o imagine în cutia cu nisip. Lucra de cele mai multe ori tăcută în fața cutiei și nici la urmă nu zicea multe. Dar aproape de fiecare dată era mai calmă, mai relaxată la sfârșitul orei. Câteodată părea să fie aproape bucuroasă de felul în care realizase imaginile. Între ședințe, în momentele sumbre, când era sătulă de viață, mă suna și acasă la telefon. În timpul acestor convorbiri telefonice și al crizelor ei de disperare și tristețe în fața cutiei cu nisip, încercam să-i arăt mereu că o înțelegeam și îi luam suferința în serios. Dar încercam și să o mențin complet în realitate, să o orientez în timp și spațiu și să o direcționez spre acțiunile a căror necesitate se impunea atunci.

Când se întâmpla ca în ședință să fie complet descompusă de plâns, îmi puneam brațul după umărul ei sau o țineam de mână, pe de o parte, spre a-i da puțină căldură omenească, pe de alta, pentru a o păstra prin contactul fizic în lumea de aici și de acum. Vreau să zic că într-o terapie contactul fizic este foarte important și util, însă analistul nu trebuie să trezească niciodată în analizand mai multe dorințe și speranțe decât poate sau vrea să împlinească după aceea. Dar după principiul că similarul produce similar, mâna calmă a analistului poate produce calm și în analizand.

Nu încercam să abordez motivul depresiei Evei, căci nu ar fi

putut suporta deocamdată subiectul. Am evitat, de asemenea, să o îmbărbătez și să o consolez cu multe vorbe sau să-mi exprim bucuria și admirația față de imaginile ei în nisip realmente remarcabile. Căci cu fiecare accentuare prea puternică a stimei de sine, se cufunda după aceea din nou cu atât mai adânc în depresie. Trebuia să menționez doar cu multă precauție marile ei înclinații creatoare, pentru că altminteri și-ar fi dat seama că era de fapt o femeie foarte talentată. Această realizare o umplea din nou de tristețe și sentimente de vinovăție, fiindcă nu era, după părerea ei, capabilă să dea curs înzestrării ei.

După ce i-am văzut prima imagine în nisip și am estimat-o ca pe o încercare spontană de autovindecare și de a pune ordine și în psihicul ei, m-a preocupat în primele douăzeci de luni de terapie mai cu seamă să o mențin, ca să zic așa la foc mic, pe Eva în viață, spre a câștiga timp pentru procesul ei sufletesc inconștient, la care putem lua parte aici datorită acestor imagini. Exprimat la figurat, sub casa șubredă, amenințând să se prăbușească, a sufletului Evei trebuia construită o temelie puternică, stabilă, pentru a putea ridica pe aceasta o casă nouă, ceea ce nu vrea să spună că fundamentul trebuia construit din afară, de pildă de analist. Trebuia să se formeze dinspre interior, să ia naștere din sufletul inconștient al Evei. Eu, ca analistă, eram numai ca un fel de conducător al lucrărilor de construcție, care veghea ca dispozițiile să fie executate corect de maistrul constructor intern al Evei.

Abia când în casa cea nouă vor exista spații locuibile, vechea casă netrainică va putea fi dărâmată. În timpul acestui interval de construire a temeliei, energia ajungea doar atât cât să țină casa veche oarecum în picioare, dar nu și pentru construcția cea nouă.

Cu multe luni înainte ca Eva să participe vizibil la imaginile ei din nisip, acestea mi-au dat *mie* speranța unei însănătoșiri a

ei. Odată cu avansarea terapiei, speranța mea se tot întărea, căci vedeam cum în inconștientul ei se formau încet-încet imaginile arhetipale necesare din care Eva să poată extrage treptat forța pentru vindecarea vechii ei răni adânci. Și pentru mine însemnau foarte mult imaginile Evei, căci s-ar putea ca fără ele să nu fi avut forța și răbdarea să rezist în această terapie extraordinar de dificilă. Un analist nu este nici el o fântână inepuizabilă. Adesea trebuie să dea mai multă forță decât poate să extragă în acel moment din sine însuși. Atunci, exact așa cum privind un tablou sau ascultând niște muzică, un om se poate hrăni psihic, anumite imagini în nisip ale analizanzilor mei devin un izvor de energie pentru mine.

Cele 16 imagini în nisip prezentate sunt o selecție din numeroasele imagini pe care le-a executat Eva în intervalul de timp a douăzeci de luni. Le privesc acum retrospectiv și încerc să le interpretez în așa fel încât extraordinara lor forță creatoare și radiere emoțională să nu fie distruse. Să nu uităm că explicarea intelectuală a imaginilor nu poate fi complet ocolită pentru înțelegerea sensului aflat îndărătul lor. Esențială este însă *trăirea emoției* la privirea imaginilor!

Să revenim la prima imagine. Frapează cele trei trepte ale colinei. Privind din unghiul procesului ce a urmat, ar putea fi o anticipare a împărțirii în trei *trup–suflet–spirit*, respectiv a pământului ca lume materială — lumea din substanță fină, sufletească — și lumea spirituală a absolutului, a arhetipalului. Asta corespunde totalității energiei creatoare în cele trei aspecte ale sale: energia devenită formă, energia în mișcare, ce caută forma, și energia de dinaintea formării.

Crucea deasupra colinei o văd drept încercarea inconștientă a Evei de orientare proprie. Dacă ne imaginăm că stăm pe un deal și vedem orizontul ca pe un cerc infinit în jurul nostru și pământul la picioarele noastre, ca pe o suprafață nelimitată,

neordonată, atunci avem datorită cursului soarelui posibilitatea să ne orientăm după cele patru puncte cardinale. Noi stăm atunci ca oameni în centrul lumii, în centrul crucii, ale cărei patru brațe sunt formate de cele patru puncte cardinale. În felul acesta am îndepărtat de noi haosul nelimitatului, al neordonatului și am creat posibilitatea orientării.

Putem privi însă imaginea în nisip și din alt unghi vizual. Forma rotundă a colinei amintește și de o movilă funerară sau de pântecele matern. Dacă ne amintim că această cutie cu nisip reprezintă, ca vasul ermetic al alchimiștilor, un soi de uter, deci de pântece matern, în care substanța sufletească este purificată și transformată pentru a renaște în formă nouă, atunci putem privi dealul ca loc al morții și renașterii, dublu protejat de cerc și de cutia cu nisip.

## Imaginea din nisip nr. 2 (fig. 13)

Pe aceeași poziție, în cutia cu nisip, în care se găsea în imaginea anterioară, colina primordială, Eva a modelat un soare mare, care umple tot spațiul. La urmă a pus pe locul chakrei frunții, numită și „al treilea ochi“, un soare mic de aur, de parcă ar fi vrut să spună: „Micul soare recunoaște marele soare“ sau „Eu, omul, te recunosc pe tine, Divinitatea“.

Soarele este sursa luminii și a căldurii, el semnifică pentru noi energia vitală. „Soarele le aduce la lumină“ înseamnă că soarele face toate lucrurile cognoscibile, el este simbolul (i)luminării, al cunoașterii și conștiinței. Soarele nu își modifică forma, în fiecare dimineață apare din nou în aceeași integralitate rotundă la orizont. Forma lui nu poate fi recunoscută efectiv cu ochiul liber, dar efectul lui îl percepem tot mereu și pretutindeni. El este și simbolul a ceea ce dăinuie veșnic, a ceea ce este imuabil, al lui Dumnezeu, dar și al naturii arhetipurilor, care nu sunt niciodată realmente sesizabile în

globalitatea lor, dar devin eficiente tot mereu prin radierea lor energetică.

Pentru Platon, soarele era simbolul esenței ideilor. Ideea, la rândul ei, era pentru el netransformabilul, forma care zace îndărătul tuturor lucrurilor și care constituie adevărata lor ființă. Astfel, soarele simbolizează simultan forța din idee, din ideal, din arhetipal, precum și efectul care emană de acolo și iluminează în așa fel omul, încât acesta poate să recunoască individualul în raport cu întregul.

Denumim în psihologia analitică ideea totalității omului, ce cuprinde trup, suflet și spirit, arhetipul Sinelui. De la Sine — îl putem numi și personalitatea superioară, ce include conștient și inconștient — pornește o forță rânduitoare care dirijează dezvoltarea personală a omului, în măsura în care această forță poate deveni eficientă în om.

Mulți oameni trăiesc într-o legătură *conștientă* cu Sinele lor. Atunci forța rânduitoare a acestuia le devine conducătorul pe calea individuației lor. Dar mulți se află și *inconștient* într-o relație bună cu Sinele lor. Atunci el stă, ca un fel de înger păzitor, în spatele lor.

Alții însă, mai cu seamă oameni cu răniri narcisice timpurii, precum Eva, nu pot găsi legătura cu totalitatea lor și cu forța rânduitoare, conducătoare. Sinele lor este ca umbrit. Kathrin Asper scrie despre aceasta în cartea ei *Verlassenheit und Selbstentfremdung:*

*Neconectat cu ființa sa specifică, omul cu răni narcisice nu poate privi înspre interior, având în vedere conținuturile obscure și distructive care constituie viața sa lăuntrică. Astfel, legătura cu propriul Sine este tot mereu zădărnicită, iar umbrirea se continuă. Scopul transformării rezidă, la problematica narcisică de autoînstrăinare, într-o relație pozitiv afectuoasă cu sine însuși și o atitudine mai tolerantă față de alte persoane. Este de fapt o*

*ieșire la lumină a posibilităților până atunci împiedicate și umbrite. Să ne amintim aici de toate eroinele de basm care ies la sfârșit, în veșminte strălucitoare cu ornamente de soare, lună și stele, din umilință și întuneric...*[35]

Încă inconștient rațiunii ei, dar deja știut de mâinile ei, pășește în lumină în această imagine Sinele Evei. Este un eveniment extrem de important și mai este întărit și de soare în „al treilea ochi“, care îl face pe om clarvăzător și califică sufletul să distingă lumina divină în toate formele ei de apariție. Un comentariu vechi referitor la al treilea ochi o exprimă astfel:

*Sufletul aruncă o privire asupra formei spiritului. O rază de lumină apare, iar întunericul dispare; distorsionările și formele urâte pier și toate focurile mici se sting; luminile mai puțin puternice nu mai pot fi văzute. Prin lumină, ochiul trezește formele necesare ale ființei. Discipolului îi aduce știință. Neștiutorul nu va recunoaște niciun sens.*[36]

Întrucât nici Eva nu putea privi în acel moment conștient spre interior, mâinile ei modelau în lumea exterioară a nisipului știința ei inconștientă. În mod evident, sufletul Evei arunca la acea oră, așa cum spune vechiul text, o privire asupra Sinelui ei. O rază de lumină apărea, iar întunericul dispărea. Imaginea Sinelui ei a început să strălucească deodată ca un soare. Mult timp, această strălucire bruscă a Sinelui în profunzimea sufletului inconștient nu a fost vizibilă bine în viața cotidiană, dar efectul a radiat asupra următoarelor imagini.

## Imaginea din nisip nr. 3 (fig. 14)

Din această imagine emană spre noi întreaga corporalitate, siguranță și forță a pământului reunite. Casa pătrată din

pământ este în sine un simbol pentru pământ și totodată un templu pentru Mama Pământ. Inițial, casa era acoperită cu un acoperiș din mușchi și scoarță de copac. Am deschis-o, pentru ca stăpâna casei, mama întunecată, telurică, împreună cu copilul ei, să devină vizibilă. Casa este protejată de un cerc din pietricele albastre, care reprezintă apa, și este inserată în natura verde. De Mama Pământ țin lumea vegetală și apa; lângă sau sub sanctuarele ei se găsește de obicei un izvor.

Din stânga jos, tot din imperiul pământului, o figură cu pielea închisă aduce o pâine. Această pâine este darul Mamei Pământ și nu exprimă în această imagine în nisip „Tatăl nostru“ bine cunoscut nouă, ci, într-un chip deosebit de frumos, o „Mama noastră“. Aici, „mama noastră carele ești pe pământ“ dă pâinea cea de toate zilele, hrana de bază a corpului nostru.

Deasupra porții spre casa din pământ se află iarăși, ca un „al treilea ochi“, imaginea rotundă a unui copil mic. „Sufletul aruncă o privire asupra formei spiritului“ se zice în comentariul la al treilea ochi. Cu această imagine, sufletul Evei a aruncat o privire asupra imaginii originare a mamei care dă viață, protejează și hrănește, în formele ei de apariție ca lume vegetală, pământ, apă, casă, corp și femeie. Această imagine perfect centrată radiază calmul firesc, profund și sentimentul de a fi acceptat, pe care le trăiește un copil la sânul mamei iubitoare și un om în sânul marii Mame Natură. Eva nu făcuse în suficientă măsură, în copilărie, această experiență originară, însă acum s-a constelat în spațiul protejat al situației analitice potențialul de energie corespunzător. Devine clar că acest câmp energetic al aspectului pozitiv al arhetipului matern nu se limitează la mama reală, ci cuprinde mult mai mult: pământul, natura care hrănește, casa care încălzește și protejează sau apa care însuflețește.

Experiența amplă a bunei Mame Pământ formează în

analiză terenul pentru construirea casei sufletului. Noi știm: fără o temelie bună de construcție nu poate fi ridicată o casă stabilă!

## Imaginea din nisip nr. 4 (fig. 15)

După cercul soarelui strălucitor și pătratul din pământ modelat, vedem acum o imagine mișcătoare, curgătoare, sclipitoare. Centrul îl formează un crai nou culcat peste care sunt țesute fire strălucitoare. Sub formă de inimă curge în jurul lui apă, dintr-un izvor, după cum a spus Eva. Sau este totuși un văl, un fluid din substanță fină, corespunzător materialului din care a realizat Eva cursul apei? Stăpâna imaginii este o făptură a cărei mantie de-albastru închis este presărată cu stele. Poziția ei este întărită cu scoici și un coral alb, care formează în spatele ei ca o cunună de raze.

Făcusem eu însămi cu mult timp în urmă această „regină a nopții“ sau „femeie stelară“, ca pandant la Mama Pământ. Mi s-a părut că trebuia să am pentru jocul cu nisip o figură care să exprime, în opoziție cu maternitatea terestră, instinctual-fizică, principiul maternității sufletești-spirituale. Ea a devenit însă cu mult mai mult: o figură cosmică, regina celestă, femeia selenară, sufletul lumii, netransparentul-voalat, fascinantul insondabil. Aidoma cerului noptatic plin de stele și aidoma lunii, ea poate să transporte omul într-o altă sferă, într-o altă realitate, care se poate răsfrânge inspirator, amplificând conștiința, dar și distrugător, anihilând conștiința.

Luna, fascinantul, mișcătorul, veșnic schimbătorul, elementul curgător și în mișcare al apei sau al vălului, inima, scoicile și femeia stelară întunecată și care totuși strălucește — toate aceste elemente se condensează în imaginea originară a sufletului feminin. El nu *este*, ci curge și se schimbă încontinuu. El nu are acel ceva imuabil, radiant al soarelui, nici acea formă

solidă și fermă a pământului, ci este noptatic, moale, insesizabil, misterios și neliniștitor. Pe cât este imaginea aceasta de frumoasă, pe atât este de insondabilă, chiar de abisală. Fără elementul luminos, strălucitor al soarelui și cel bine îmbinat al pământului, ea ar putea ascunde în sine și pericolele pe care le prezintă luna și lumea apelor pentru om, și anume nebunia sau dizolvarea psihicului, așa cum le-a trăit Eva în perioadele ei cele mai întunecate de depresie.

Eva a executat aceste trei imagini la intervale scurte de timp una de cealaltă. Ele reprezintă cele trei câmpuri arhetipice de energie: al spiritualului, al fizic-materialului și al sufletescului, care stau în corelație reciprocă și formează totalitatea. Pentru Eva, au avut un efect rodnic. Nu trebuie să uităm însă că ele au și aspecte negative: soarele ca o conștiință unilaterală, prea luminoasă poate să sece, să mistuie omul, să-l îndepărteze de realitatea corpului pământesc. Pământul — corpul — poate să țină omul captiv în gravitația și imobilitatea solidității sale. Iar lumea selenară apoasă, curgătoare a sufletescului, care este și lumea imaginației, îl poate face pe om să se dizolve în infinitatea neformatului.

## Imaginea din nisip nr. 5 (fig. 16)

Această imagine prezintă din nou un centru circular, a cărui activitate este însă determinată esențial de forțele din cele patru colțuri. În mijloc stau față în față soarele și luna, între ele se află un cristal. În jurul lor dansează în cercul interior șase figuri femeiești, iar în cel exterior, șase figuri bărbătești. Așa cum în centru stânga, pe partea alocată — din punctul de vedere al simbolului spațiului — sentimentului și capacității plastice de reprezentare, stă luna, de jos din stânga vin energii feminine, femeia stelară, Mama Pământ și o figură maternă rotundă, țărănească. Darul lor este un vas cu hrană, probabil,

*pământească*. Lateral sunt acompaniate de scoici deschise spre sus, care, aidoma unor mâini primitoare, conțin hrană *spirituală*. În dreapta, pe partea care este atribuită gândirii supraordonate, logice, stă soarele. Din dreapta jos, niște forțe masculine (care nu se văd bine), o figură de Buddha, un om înțelept și un șaman, aduc două săbii, care sigur nu simbolizează aici lupta sau războiul, ci sunt armele spiritului, ale științorului, ale omului civilizat, de cultură.

În această imagine se alătură *contrariile supraordonate* ale lunii și soarelui, naturii și culturii, putem spune și ale energiei primordiale feminine, hrănitoare și ale tehnicii masculine într-o mare unire a contrariilor, o „coniunctio oppositorum“, cum o numeau alchimiștii.

Nu este impresionant ce dinamică ia naștere din unirea contrariilor? Ce bucurie și mișcare exprimă femeile și bărbații care dansează?

Din interacțiunea contrariilor în dans apare ceva nou: cristalul. Cristalul corespunde „pietrei“, „lapis“-ului din procesul alchimic, care simbolizează „comoara greu de atins“, Sinele. Alchimiștii spuneau că „lapis“ este format din trup, suflet și spirit și este o ființă vie. Putem fi de acord și astăzi cu această afirmație, căci „lapis“ sau cristalul este un simbol al omului interior sau superior în totalitatea lui.[37]

## Imaginea din nisip nr. 6 (fig. 17)

Această imagine reprezintă în mod remarcabil supraînălțarea contrariilor unite în imaginea noastră creștină asupra divinității. Cristos cel crucificat și omul aparțin unul de celălalt. Ei sunt „desfășurați“ între cer și pământ, între sus și jos, dreapta și stânga, cu întreaga tensiune care se naște din această simbolistică a contrariilor, tensiune ce poate fi îndurată numai privind spre interior către propriul nucleu ordonator al ființei

sau privind spre exterior, către imaginea divină. Din această perspectivă, Cristos a devenit figura centralizatoare călăuzitoare pentru Eva și ea a putut contracara tămăduitor latura negativă, dezintegrantă din psihicul Evei.

## Concluzii

În aceste șase imagini realizate încă foarte inconștient, devine vizibilă o primă etapă din procesul interior al Evei. În mod evident, mai întâi trebuiau să se consteleze forțele intense ale acestor *imagini originare*, spre a o fortifia pe Eva în confruntarea cu suferința ei, ceea ce însemna o confruntare cu întreaga ei problematică interioară. Efectul exercitat de aceste imagini arhetipale este foarte puternic și asupra unor observatori neimplicați. Pentru Eva trebuie să fi fost cu mult mai intens. Din adâncimea psihicului ei inconștient i-au venit astfel forțe care au făcut-o aptă să-și abordeze într-un chip ceva mai conștient suferința sufletească. Următoarea imagine a inițiat apoi un șir lung, ce s-a întins pe o perioadă de aproape nouă luni, de imagini cutremurătoare, care prezintă toate într-o formă sau alta durerea Evei și sentimentul ei de a fi respinsă, de a fi părăsită, precum și de a fi amenințată de anxietăți și idei de moarte. Prin formularea și vizibilizarea reiterată a problematicii ei, s-au înfiripat treptat forțe opuse, tămăduitoare. Noi nu am vorbit mult în această perioadă, eventual indirect, prin remarci referitoare la imaginile din nisip. După cum am spus deja, am încercat într-un mod călduros, dar prudent să o menținem pe Eva în viața cotidiană, punând însă accentul pe procesul derulat în cutia cu nisip.

## Imaginea din nisip nr. 7 (fig. 18)

Cu imaginea tămăduitoare a lui Hristos în fața ochiului

interior, Eva a putut reprezenta acum propria ei problematică a contrariilor. Într-un lac rotund zace secera lunii. În dreapta acesteia, moarte și diavol, păianjeni și creaturi respingătoare întruchipează amenințarea ei interioară și anxietățile ei. Această latură întunecată îi era foarte aproape, viața Evei era dominată de ea.

În stânga o vedem pe buna Mamă Pământ și observăm intrarea spre un templu, pe a cărui a treia treaptă șade Buddha, simbol al unui principiu spiritual pozitiv.

Motivul central pe secera lunii reprezintă problematica Evei. Sub cruce vedem propriu-i mormânt. Copilul mic îi întruchipează, după cum a zis Eva, propriul suflet între un înger alb și unul negru, adică între forțele binelui și forțele răului.

Pentru Eva era o imagine a durerii și a unei imense deznădejdi. Pentru mine a fost o imagine a speranței. De ce? Mai întâi am văzut că luna nouă era în creștere, adică se îndrepta spre lumină totală și viață. Apoi m-a frapat că peștele alb din mijloc și vaporașul din stânga indicau spre latura pozitivă. Peștele este ca fruct al mării un vechi simbol pentru rodnicie și viață. El este și o formă de manifestare a sufletului — aici una luminoasă, indicând în direcția binelui.

La sfârșitul acestei ședințe de terapie, am încercat să-i arăt cu precauție Evei că în imagine se găseau și semne de speranță. Însă în acel moment încă nu era capabilă să intre în detaliile acestui subiect. Dar cred că remarca făcută cu prudență a avut totuși efect ulterior.

## Imaginea din nisip nr. 8 (fig. 19)

Aici sare în ochi împărțirea clară a imaginii în două jumătăți. Partea dreaptă reprezintă lumea exterioară veselă, plină de mișcare, de culoare. În stânga stă Eva ca o făptură

ghemuită, mizeră, la discreția demonului roșu și a celui verde, pe care i-a numit „invidie“ și „ură“. Din stânga sus o amenință un șarpe negru[38], din stânga jos, moartea. Ele o umplu pe Eva de angoasă și spaimă. Ar dori să ajungă dincolo, în lumea plină de culori, însă îngerul negru al morții stă la trecerea graniței și o respinge. El spune că Eva nu are dreptul să fie în lumea fericită, colorată, ci aparține imperiului angoasei și morții. — Oricât de înspăimântătoare sunt capul de mort și șarpele negru, nu avem voie să uităm că ambele pot fi și simboluri ale transformării și renașterii.[39]

Și după această oră i-am atras cu grijă atenția Evei că *întreaga* imagine în nisip era una a sufletului ei și că, prin urmare, și în acesta rezidă o latură veselă, dornică de viață. Observația mea a făcut-o totuși acum pe Eva să devină atentă.

Ceea ce este extraordinar în jocul cu nisip este tocmai că un analizand nu poate ocoli cu privirea propria lui imagine din nisip, chiar dacă a executat-o complet inconștient. *El* a pus elementele pozitive sau negative în nisip, *el* este responsabil pentru ele, *el* se oglindește pe sine însuși în cutia cu nisip. Ce-i drept, „a vedea imaginile în oglindă ale sufletului său“ nu înseamnă încă nici pe departe a se cunoaște și a se înțelege pe sine. Dar pe parcursul travaliului analitic sunt tot mereu luminate aspecte parțiale noi, adică sunt conștientizate, până când putem recunoaște o imagine coerentă a sufletului.

## Imaginea din nisip nr. 9 (fig. 20)

Aici vedem din nou o colină rotundă într-un cerc protector. În centru se află Eva țintuită de pământ. O figură se îndepărtează de ea mergând cu spatele. Aceasta i-a implântat pumnalul în pântece, care este acum o rană deschisă, sângerândă, din care curge infinit de mult sânge. Însă îndărătul Evei stă, protejând-o, regina celestă în fața unei cruci care

înverzește.

La început, această imagine declanșează în privitor o emoție puternic încărcată de durere, suferință și compătimire. Și cel din afară se simte lovit până-n adâncul inimii și pântecelui. Acest șuvoi de sânge din centrul vieții feminine ne face să ne gândim la menstruație și avort sau la o rănire adâncă în miezul sufletului feminin. În suedeză, de exemplu, uter se cheamă „livmoder“, mama vieții, ceea ce este în mic o expresie pentru marea esență a ceea ce „produce viață“. Aici nu intră numai tot ce cuprinde relația cu mama, cu feminitatea, cu maternitatea, cu natura, ci și tărâmul sufletului, inconștientul creator. Eva fusese rănită până-n adânc mai ales aici, iar figura care mergea spre spate întruchipa toate evenimentele și toți oamenii care îi pricinuiseră această rană.

În acest loc să se gândească înșiși cititorii unde și cum rănim noi zilnic, material sau psihic, tărâmul mamei vieții.

Dacă ne amintim de prima imagine a colinei primordiale sau a pântecelui matern, vedem că acum „pântecele“ s-a deschis, scoțându-și la iveală și eliberându-și suferința. Privind cu atenție, recunoaștem însă în cercul interior o lună nouă; este, după cum spune Eva, „luna unită cu soarele“. Iar prezența reginei celeste în fața crucii care înverzește ne indică faptul că această colină este un loc al suferinței, dar și al vindecării.

Aceste trei imagini stau substitutiv pentru numeroasele imagini deja menționate ale suferinței, ale morții sufletești, ale anxietății interioare și ale chinului datorat unor sentimente de culpabilitate, pe care le-a reprezentat Eva timp de nouă luni. Mormântul, capul de mort și îngerul morții, crucificarea și sângerarea ca de la o menstruație foarte abundentă sunt toate reprezentări simbolice ale stării psihice a unui om care întâlnește întunericul, împărăția umbrelor, trăindu-și astfel moartea atitudinii conștiente față de viață pe care o adoptase

până atunci. În mai multe dintre imaginile nereproduse aici, Eva s-a înfățișat cu trupul îmbucătățit. Motivul ciopârțirii personalității de până atunci și cel al putrezirii ei sunt larg răspândite în mitologie, în basme și la riturile de inițiere.[40]

Îmbucătățirea, moartea și descompunerea structurii psihice a naturii omului se numesc în procesul alchimic „nigredo“ — întunecare, înnegrire — sau „mortificatio“ — omorâre. „Nigredo“ înseamnă întâlnirea omului cu noaptea, cu întunericul personal sau colectiv, ce îi era până atunci necunoscut. Prin aceasta, atitudinea conștientă trăită până atunci, Eul, este atât de zguduită și de dizolvată, încât echivalează unei morți sufletești. Însă apoi, în punctul cel mai de jos al întunericului, confuziei și disperării, apare în suflet lumina cea nouă, așa cum vedem în cursul anului de Crăciun, la echinocțiul de iarnă. În exterior și în interior trăim aceleași procese: „nigredo“ este urmată de „albedo“ — albirea sau aurora, dintre anotimpurile anului: primăvara — și de „rubedo“ — înroșirea, răsăritul soarelui sau vara. Asta înseamnă că după dizolvare, deci după moartea psihică a omului, se formează o nouă stare a conștiinței, un nou fel de a fi al ființei, mai luminos, mai amplu.

Din cele spuse, reiese că intervalul „nigredo“ este pentru analizand și analist o perioadă foarte grea de timp, căci ea este însoțită de imagini ale morții, de idei de moarte, de dorințe de moarte și de gânduri de sinucidere. Însă această trecere prin întuneric nu trebuie atenuată sau evitată de frică sau din slăbiciune (din partea analistului!), căci confruntarea cu capul de mort și reflectarea la moarte și veșnicie par a fi premisa pentru o transformare autentică. După cum spune Jung, creșterea conștiinței este posibilă numai prin experiența morții.[41]

Pentru Eva, perioada „nigredo“ a însemnat, pe de o parte, o

anumită ușurare, întrucât putea, prin modelarea în nisip, să-și elaboreze problematica bucățică după bucățică. Pe de altă parte, au devenit astfel vizibile conținuturi psihice care îi fuseseră necunoscute până atunci. Laturile ei negative, cum ar fi invidia și ura, îi dădeau de furcă. Dar în primul rând se punea problema să reziste la propria-i înclinație spre întuneric și destrămare și la dorințele ei de moarte, și să învețe să le accepte. Chiar dacă oamenii din preajma ei respingeau această latură a ei și o condamnau, Eva trebuia totuși să învețe să poată trăi cu ea, căci în mod evident ea este unul dintre acei oameni cărora moartea și întunericul le sunt însoțitori permanenți.

## Imaginea din nisip nr. 10 (fig. 21)

La aproximativ patru săptămâni după ultima imagine, Eva a realizat-o pe aceasta. Vedem o caravană încărcată cu bunuri, care este condusă de o călăuză în centrul unei spirale. În stânga jos se află închis într-un cerc de piatră copilul mic Eva. Cordonul său ombilical duce până în partea cealaltă, spre niște părinți legați între ei. Aceștia sunt însă separați printr-un perete de sticlă de restul evenimentului, iar cordonul ombilical este rupt. Copilul nu mai are deci legătură cu părinții, este părăsit și izolat. Așa își vedea Eva situația conștientă.

Altceva exprimă motivul central, inconștient. Spirala este, ca formă simbolică, înrudită cu labirintul. Mai cu seamă în cazul inițierilor, intrarea în spirală și ieșirea din nou din ea semnifică moartea simbolică și renașterea simbolică. Inițiatul se mișcă, de pildă, în trupul Mamei Pământ, pentru a muri acolo și a renaște. De aceea, spirala este și un simbol al uterului.[42] Forma spiralei, cu o intrare clară și o ieșire, așa cum vedem aici, o întâlnim adesea în jocul cu nisip. Ea reprezintă atunci organele sexuale feminine și poate fi expresia fecundării, a gravidității sau a nașterii, în funcție de situație.

În această imagine are loc în adâncimea inconștientului o fecundare prin forțe aducătoare de hrană. Este un eveniment foarte important, plin de speranță, și se află în opoziție cu sentimentul conștient al Evei de a fi părăsită și de a fi retezată, de la hrănirea ei, de către părinți.

În momentul realizării acestei imagini, Eva era la mine în terapie de un an. Nu numai pentru ea fusese un an greu, ci și pentru mine, comparabil eventual cu expediția unei caravane străbătând deșertul. Să cunoască sigur drumul, să-l parcurgă în siguranță, să nu dispere, să rabde până la sfârșit, acestea sunt calități de care are nevoie conducătorul caravanei — la fel și analistul. Mie mi se pare că în această imagine se reflectă efectul pozitiv al atitudinii terapeutice.

## Imaginea din nisip nr. 11 (fig. 22)

Această imagine dezvăluie o lume însuflețită, voioasă, verde, care este însă scindată în două prin „marea rană“, cum a zis Eva. Această rană arată ca un mormânt mare de piatră, pe care stă un șarpe.

Din viața Evei și din imaginile ei anterioare cunoaștem rana Evei: lipsa de încredere în viață, lipsa de încredere în sine, durerea și tristețea, pentru că ea însăși se considera inferioară ca femeie și se simțea disprețuită și neînțeleasă de semeni. Doar că acum această rană nu mai e deschisă. Ea este acoperită. Șarpele, încă din Antichitate simbol al forței lecuitoare a naturii, a dus la închiderea ei, la cicatrizarea ei.

Chiar la sfârșitul orei, Eva a pus în mod conștient o punte peste rană, ca semn că poate fi depășită.

Următoarele patru imagini au fost realizate la câte patru-cinci săptămâni una de alta.

## Imaginea din nisip nr. 12 (fig. 23)

Imaginea e alcătuită dintr-o parte de sus, care reprezintă lumea exterioară, și una de jos, lumea interioară a Evei. Vedem aici un foc puternic, care se înalță de jos, din pământ, din corporal. Este *focul emoțiilor*, în care Eva, din nou țintuită ca în figura 20 și izolată de lumea exterioară, zace singură și suferă. Este un foc al iadului; în jumătatea stângă vedem un diavol roșu care, din spusele Evei, se bucură de suferința ei. Oamenii din lumea exterioară întorc spatele chinului Evei, ea este singură cu ea însăși — sau singură cu Dumnezeu, căci în marginea de jos veghează o mare figură divină asupra celor ce se întâmplă.

Este o imagine înspăimântătoare și zguduitoare. Un om — Eva — în purgatoriu. Reprezintă chinul arzător și suferința singuratică a unei femei care luptă pentru o transformare profundă a personalității ei, pentru o lărgire a conștiinței ei și o înnoire a relației cu Sinele ei și cu imaginea divină.

Focul semnifică emoționalitatea arzătoare, dogoarea interioară, suferința, durerea, dar și purificarea și transformarea. Eva s-a purificat de dorințele ei de moarte, s-a purificat de disperare, de sentimentele de inferioritate, de invidie și ură. Se punea foarte intens problema să-și depășească Eul slab, marcat negativ, pentru a găsi, cu un Eu întărit, mai stabil, o nouă relație cu laturile ordonatoare, constructive ale sufletului, acele laturi care veneau în sprijinul vieții.

În cadrul unei terapii, acest proces impetuos, profund, de transformare este foarte dureros și dificil pentru analizand, dar și pentru analist. Acesta suferă și el într-o oarecare măsură alături de analizand, el îl însoțește și îl întărește, însă analizandul trebuie, în ultimă instanță, să treacă totuși singur prin foc.

Relația de legătură dintre mine și Eva este sugerată aici prin faptul că delimitarea în jurul Evei are în stânga sus o mică deschidere, prin care privește o vulpe. Vulpița stă, din câte mi-a spus Eva, simbolic pentru mine. Eva a exprimat astfel că eu, analista ei, am fost și eu înăuntru în foc și am știut ce se petrecea cu ea. Vulpea simbolizează adesea în vise și în imaginile din nisip, datorită vicleniei ei, nasului ei bun și vederii ei limpezi în noapte, terapeutul ca ghid spiritual.[43] Din cauza culorii ei roșii este pusă în conexiune și cu focul — și cu diavolul! Dacă Eva a pus deci aici vulpița în relație cu mine înseamnă că avea încredere în capacitățile mele de a o însoți prin focul iadului. Intrapsihic poate să însemne însă și că propria ei „vulpe“ interioară veghea asupra procesului ei.

## Imaginea din nisip nr. 13 (fig. 24)

În imaginea anterioară era dominant elementul foc — Eva în focul transformării. Aici vedem, în mod surprinzător, aproape eliberator, o scenă rustică, binefăcător de pașnică. Imaginea este marcată de elementul pământ, un *pământ* roditor, care *înverzește* și produce *viață*.

Să ne amintim de a treia imagine din nisip, de reprezentarea plină de forță a Mamei Pământ în casa ei (fig. 14); atunci a fost constelat arhetipul pământului bun. Acum, aproape un an mai târziu, vedem efectul acestor energii asupra vieții cotidiene a Evei. Aceeași temă care a fost reprezentată atunci în imaginea arhetipală, într-un mod încă departe de a fi conștient, este înfățișată acum de Eva într-un chip care se apropie de conștientizare, arătând „pământul bun“ în sănătoasa și rodnica viață de zi cu zi la țară.

În mijloc vedem o casă țărănească mare, înstărită, care îi apără și ține laolaltă sub acoperișul ei puternic, comparabil unei bune mame, pe cei care locuiesc în ea. Un copil mic în

cărucior este păzit de bunici. Un bărbat muncește la lemne (în marginea de jos), iar o femeie hrănește vacile și oile. În spatele casei sunt flori și roade ale câmpului, iar într-un pârâu înoată doi pești.

Totul reprezintă, după cum se poate lesne recunoaște, situația familială de susținere și sprijin, de care ar fi avut nevoie Eva în copilărie, însă care s-a format abia acum în procesul terapeutic. Ceva asemănător ne spune și motivul din colțul de jos dreapta (din punctul de vedere al simbolului spațiului, în cvadrantul relației materne personale). Acolo se află ascunsă în verdeață o figură rotundă, maternă de femeie. Ea hrănește și îngrijește un copil deschis și unul închis la culoare. Acest grup mic exprimă că Eva se simte acum acceptată matern ca om întreg, cu laturile ei luminoase, deschise, și cu cele sumbre, închise, fie că a perceput asta de la terapeuta ei, de la semenii ei sau de la „lume“, fie că a putut chiar ea să-și accepte cele două laturi.

Întreaga imagine înverzită, rodnică exprimă că Eva a „ajuns pe pământ bun“ și poate acum să crească, aidoma unui grăunte de sămânță, care cade în pământ fertil, poate să facă acolo rădăcini și să crească. Prin faptul că se naște în lumea concretă, prin faptul că prinde rădăcini pe pământ, devine posibilă și o creștere în sus, o dezvoltare spirituală fundamentată. Începutul acestei dezvoltări îl vedem reprezentat în colțul din stânga sus, spațiul simbolic pentru viața spirituală, religioasă. De pe un ogor proaspăt săpat își ciugulesc hrana niște porumbei, vechi simboluri ale spiritualului, ale inspirației și ale erosului sublimat.[44] O imagine plină de speranță pentru dezvoltarea viitoare a Evei!

După imaginile anterioare ale suferinței, dintre care, în această carte, sunt reproduse doar puține dintr-o serie lungă, devine ușor de înțeles că această imagine a avut o importanță

deosebită nu numai pentru Eva, ci și pentru mine, ca analistă a ei. Așa cum am spus mai devreme, imaginile în nisip, ca surse de energie cu efect asupra psihicului, anticipează cu multe luni dezvoltările vizibile în viața cotidiană. În condiția Evei, caracterizată printr-o instabilitate sufletească permanentă și tendințe de dizolvare, această imagine mi s-a părut să indice acum că Eul Evei se forma și fortifica. Vorbind la figurat, se vedea după lunga perioadă întunecată a suferinței o naștere nouă, într-o temelie a vieții înverzită, sănătoasă.

În legătură cu acest „plan verde“ se află și motivul din colțul din dreapta sus. Așa cum spunea Eva, el reprezintă împărăția zeiței vegetației. Aceasta stă, precum „Cea verde“, cu o coroană din flori și frunze, în fața palatului ei. O figură galbenă mică pășește în împărăția ei.

Mai cunoscut este însă „Cel verde“, de pildă ca zeitate a vegetației sau al-Khidr, slujitorul islamic enigmatic al divinității, care este numit „Băiatul etern“ sau „Cel care înverzește“.[45] Verde este în islam o culoare sacră, stă simbolic pentru viața în sine. Aici intră și procesul de viață al omului, proces care, chiar dacă adesea pe căi lente, anevoioase și mai întâi ininteligibile, tinde spre dezvoltarea potențialului pus în el. După cum spune Jung, impulsul și compulsia realizării de sine sunt o lege a naturii, având de aceea o forță de neînvins.[46]

Aici în imagine avem o zeitate *feminină* verde, pe care am făcut-o cu ani în urmă pentru jocul cu nisip, căci mi se părea că trebuie să am la îndemână o figură care să întruchipeze esența vieții verzi, vegetative din natura exterioară și din natura interioară a omului. Acest plan verde ne-a devenit atât de firesc, încât în general îl neglijăm sau chiar îl disprețuim ca „inferior“ și „nespiritual“. El este însă foarte important pentru mine, întrucât formează baza de susținere, de hrănire a vieții noastre. Și spiritualitatea omului trebuie să se înrădăcineze în el, căci

altminteri spiritul riscă să caute să iasă în evidență, să se distingă, fără a ține seama de condițiile concrete, pământești de bază, ceea ce ar duce la apariția unei tensiuni nesănătoase între spirit și trup. (Se înțelege deci că, tocmai pentru oamenii care suferă de o astfel de tensiune, jocul cu nisip este metoda terapeutică adecvată!)

Figura verde de aici este prin urmare legată de ființa mea și de convingerea mea. Cea galbenă o întruchipează pe Eva. Cele două figuri stau în această imagine pentru situația de transfer dintre Eva și mine. Fără să se rostească aceasta vreodată în mod expres, un analizand simte dacă analistul său este pătruns în mod pozitiv de forța divinității care înverzește. Prin legătura profundă și strânsă ce se formează în timpul unei analize lungi și intense, se transferă fără cuvinte de către analist, prin simpla lui atitudine omenească, asupra analizandului cunoașterea procesului de viață și încrederea în corectitudinea orientării lui. Modelul analistului produce în analizand o rezonanță, o vibrație egală, care poate avea efect curativ.

## Imaginea din nisip nr. 14 (fig. 25)

Aici întâlnim din nou motivul rezonanței. Pe colțul din stânga jos al cutiei șade o sirenă albastră cântând din harpă. Ea vibrează împreună cu figura centrală de femeie, înconjurată de flori, și care este expresia „Eului“ Evei. Muzica și florile simbolizează sentimentul adânc al desprinderii, al eliberării și al tristeții autentice, care, după spusele Evei, o cuprinde după perioada lungă și tensionată de suferință. Ea plânge și plânge, așa încât întregul ei peisaj sufletesc este inundat de apa lacrimilor. Șanțul din jurul colinei centrale este umplut, iar zidul exterior, care o apăra pe Eva, dar o și izola de lumea înconjurătoare, este rupt. E ca și cum Eva ar vrea să dizolve vechile structuri ale personalității și să se și spele de ele. Este un

proces lăuntric de curățare, un fel de cufundare în propriile ape înnoitoare.

## Imaginea din nisip nr. 15 (fig. 26)

Această imagine arată reprezentarea simplă, dar concentrată a unui eveniment însemnat. Din structura exterioară a cuaternității, ordinea de bază a orientării psihice[47], se ridică din adâncimea centrului drept chintesență peștele alb al sufletului. Noi îl cunoaștem din fig. 18, unde stătea în legătură cu propriul mormânt al Evei. După un proces psihic de transformare care a durat cu lunile, apare acum din nou, ca simbol al sufletului nou-născut al Evei.

## Imaginea din nisip nr. 16 (fig. 27)

Acum strălucește soarele! Această ultimă imagine din serie are o frumusețe și o forță de expresie cu totul deosebite. Amintește de colina primordială, mandala spontană a primei imagini (fig. 12), dar, prin motivul central al soarelui, și de remarcabila imagine originară a soarelui (fig. 13). Vedem o mandala perfect centrată, executată de data aceasta conștient. Din soarele înălțat pornesc, ca undele unei ape, diferite cercuri concentrice.

Eva a spus: „Soarele simbolizează lumina și forța conștiinței divine. De acolo pornesc raze, ca niște mâini care ating lumea, ajungând până la oameni. Bilele reprezintă energia încă neformată, care curge liber, între soare și lume.“ (Eva nu cunoștea reprezentările celtice ale lumii râurilor sau apelor ca energie materială fină, aflată în mișcare. Totuși am văzut adesea și în imaginile din nisip ale altor analizanzi aceste bile de sticlă ca expresie a energiilor încă neformate, potențiale.) Eva a continuat: „Cercul verde reprezintă pământul. Apoi razele

ating oamenii: femei și bărbați. Scoicile din spatele oamenilor sunt scuturile lor de apărare împotriva cercului exterior, inconștientul devorator, reprezentat prin șerpi, crocodili și monștri arhaici. Dinspre marginea din stânga jos cresc oamenii încet din pământ în direcția inversă decât a acelor ceasornicului. Cu ei crește și scutul lor de apărare. — Mâinile soarelui ca raze ale conștiinței divine ating oamenii. Odată cu conștiința crescândă a oamenilor, crește și pavăza lor împotriva anxietăților și a ororilor «nopții», respectiv împotriva anxietăților care se dezvoltă în oameni din propria lor nonconștiență.“

Comentariul judicios al Evei vorbește de la sine. Însă dacă privim cu atenție imaginea, ne mai frapează un detaliu important: scoicile din spatele oamenilor sunt ca niște reflectoare. În acest fel sunt reflectate razele soarelui, ale conștiinței divine. Dar ele au fost transformate de către oameni. Fiecare individ uman transformă energia divină într-un mod personal și o răsfrânge înapoi asupra originii ei. Ia ființă o interacțiune între Dumnezeu și oameni sau, altfel exprimat: energiile imaginilor originare exercită o influență asupra oamenilor, iar oamenii acum transformați înrâuresc la rândul lor forma imaginilor originare. Dar întrucât marile câmpuri energetice arhetipale, mai cu seamă imaginea divină dominantă a unei culturi, influențează hotărâtor nu numai individul, ci în special colectivul, există o interacțiune energetică nu doar între individ și imaginile originare, cum ar fi imaginea divină, ci și între imaginile originare și colectiv. *Din această perspectivă, imaginația creatoare și amplificarea conștiinței omului individual, legată de ea, sunt de o mare importanță. Căci contribuie* — în sens bun, ca și rău — *la crearea lumii și la formarea conștiinței colective*. Decisivă pentru efectul pozitiv sau negativ este responsabilitatea etică

personală a fiecărui om individual.

Pe plan intrapsihic, găsim din nou principiul rezonanței, în cazul de față, rezonanța dintre totalitatea supraordonată, Sinele Evei, și conștiința Eului, conștiință crescută și aflată încă în creștere la Eva. Cele opt figuri din imagine reprezintă diferitele stadii ale creșterii personalității conștiente a Evei.

Cifra opt poate avea semnificație în această imagine ca principiu ordonator static, dar eu o văd mai mult ca pe un nou început după încheierea derulării unui interval de timp. Opt stă pentru a opta zi a Creației, adică pentru creația ce începe din nou cu nașterea lui Hristos.[48] Aici, ea simbolizează un nou început, renașterea Evei într-un mod solid și mai conștient de a fi.

Această imagine din nisip cuprinzătoare și strălucitoare nu a fost ultima, dar a marcat, ca să zic așa, îmbinarea dintre procesul inconștient al Evei în jocul cu nisip și viața ei conștientă. A început astfel partea a doua, cea verbală, a procesului terapeutic al Evei: confruntarea conștientă cu sine însăși, cu lumea ei înconjurătoare și cu imaginea ei despre Dumnezeu. Câteva luni mai târziu, a renunțat din decizie proprie la medicamente și alcool și s-a îndreptat tot mai mult spre familia ei și spre perfecționarea ei profesională.

În încheiere rezum încă o dată pașii procesului de dezvoltare al Evei, în comparație cu diferitele etape ale procesului alchimic văzut din unghi psihologic. Urmez aici textul lui Jung din *Psihologie și alchimie*:

*Negreala, „nigredo“, este ca stare inițială fie prezentă de la început, fie este produsă prin descompunerea elementelor. Dacă presupunem că starea este descompusă, așa cum se întâmplă câteodată, atunci se realizează o unire a contrariilor sub simbolul unirii masculinului cu femininul (coniunctio). Atunci*

*survine moartea produsului unirii (mortificatio), cu respectiva negreală. Din „nigredo“, spălarea (ablutio) duce direct spre albire sau sufletul care a părăsit trupul în momentul morții este unit din nou cu trupul mort, pentru însuflețirea acestuia. În acest fel s-a atins primul țel principal al procesului, și anume „albedo“, care este atât de tare ridicat în slăvi, de parcă s-ar fi atins țelul în genere. Este starea de argint sau de lună, care mai trebuie însă înălțată până la starea de soare. „Albedo“ este, ca să zicem așa, aurora; dar abia „rubedo“ este răsăritul soarelui.*[49]

La Eva, „nigredo“ a fost prezentă ca stare inițială. În perioada lungă, sumbră a depresiei ei, s-a perceput ea însăși pe sine ca descompusă și dizolvată. După începerea travaliului terapeutic în cutia cu nisip, pe plan arhetipal s-a constelat o primă unire a contrariilor (vezi fig. 16 și fig. 17), culminând cu reprezentarea lui Hristos crucificat. Pe fundamentul forțelor reunite a urmat, timp de luni întregi, trecerea prin „nigredo“ sau „mortificatio“, și anume întâlnirea Evei cu întunecimile și cu suferința ei, ceea ce a avut drept consecință dizolvarea personalității ei de până atunci. În întunericul cel mai adânc a survenit întorsătura în direcția ascensiunii spre vindecare, spre renaștere (vezi fig. 21). Drept urmare, Eul nou-născut al Evei trebuia să treacă întru câtva prin foc, spre a se consolida și a prinde rădăcini în pământul rodnic, matern (vezi fig. 23 și fig. 24). Figura 25 reprezintă forța purificatoare și eliberatoare a lacrimilor; toate rămășițele vechiului Eu sunt spălate și astfel îndepărtate prin tristețea resimțită genuin. „Ablutio“ din procesul alchimic este numită uneori și „baptisma“, ceea ce ne trimite la forța purificatoare a apei baptismale. Lumina care se ridică în aurore, în „albedo“ sau albire, este simbolizată de peștele alb al sufletului din figura 26, pește care acolo se înalță și pe care l-am întâlnit pentru prima oară în imaginea din nisip nr. 7 (fig. 18). Atunci reprezenta cunoașterea ascunsă în sufletul

inconștient al Evei, că în cele din urmă forțele pozitive vor fi mai puternice decât cele negative. Putem trăi și noi, împreună cu ea, „rubedo“, răsăritul soarelui, în ultima imagine din nisip (fig. 27). Răsăritul soarelui este simbolul „noii zile“ în viața Evei, al unui nou mod de viață conștient. Imaginea constituie și o a doua „coniunctio“, de astă dată o unire dintre contrariile conștient și inconștient, dar și dintre Eu și Sine.

Însă, după cum am spus mai devreme, energiile din procesul parcurs nu au însemnat pentru Eva sfârșitul travaliului terapeutic. Era vindecată astfel abia marea rană a vechii tulburări narcisice. Vindecarea acestei leziuni din straturile cele mai timpurii și mai greu de atins ale personalității Evei era o premisă imperios necesară pentru confruntarea ei ulterioară cu sine însăși și cu mediul. Ca să folosim o imagine din natură: acest proces îndelungat, care cerea din partea Evei și a mea, terapeuta ei, o mare răbdare și forță de rezistență, era abia munca la rădăcinile ei. Dar noi știm că cele mai frumoase calități dintr-o plantă nu se pot dezvolta fără rădăcini sănătoase. Și aptitudinile artistice și spirituale ale Evei, care devin foarte clar vizibile în imaginile ei din nisip, ar fi avut doar niște posibilități mici de dezvoltare fără vindecarea rănii ei narcisice. Această imagine din lumea vegetală care stă pentru procesul de vindecare psihică satisface însă numai parțial evenimentul real. Ea rămâne numai în zona naturalului, pe când un proces terapeutic este un proces de cultivare, o colaborare *conștientă* dintre analist și analizand. Chiar dacă, așa ca în cazul Evei, prima fază a procesului de vindecare prin jocul cu nisip se desfășoară preponderent nonverbal, iar pentru analizand inconștient, acesta tot sprijină dorința și voința sa conștientă de vindecare, căci, prin confruntarea regulată cu inconștientul său în modelarea creatoare la cutia cu nisip, el lucrează în mod activ pentru însănătoșire. În schimb, analistul

trebuie să fie desigur conștient de ceea ce se petrece în analizand, dar arta sa constă în aceea că el exprimă doar atât din știința sa cât este neapărat necesar. Întrucât munca analitică conține desigur în sine procesul natural al creșterii, dar în fond este un proces de cultivare, revin la imaginea pe care am mai folosit-o anterior despre construirea casei sufletului, în care comparam analistul cu conducătorul lucrărilor de construcție. El nu este arhitectul casei sufletului, aceasta este instanța internă, ordonatoare a analizandului. Conducătorul construcției, în schimb, deci analistul, trebuie să înțeleagă planurile acestei instanțe interne, trebuie să aibă grijă ca totul să fie executat corect și să și intervină când se fac greșeli. El aduce deci prin ceea ce știe și poate o contribuție esențială la construirea adăpostului sufletesc al analizandului său.

Procesul prin care a trecut Eva în jocul cu nisip corespunde mai ales construirii fundamentelor casei sufletului. El s-a desfășurat mai ales sub pământ, în inconștient, adică în straturile celei mai fragede copilării, care nu sunt, ori sunt doar foarte greu accesibile conștiinței. Deasupra pământului — în viața cotidiană a Evei — se intuia că sub pământ se întâmplă ceva, dar din cele petrecute acolo devenea numai foarte încet ceva vizibil, căci imaginile în nisip anticipează dezvoltarea unui om cu luni, dacă nu chiar cu ani. „Munca subterană“ din nisip este însă absolut necesară, deoarece este indicatoare de drum și dătătoare de forțe pentru travaliul ulterior conștient asupra propriei persoane. Așa a fost și în cazul Evei. Edificarea lentă a casei sufletului, vizibilă deasupra pământului, adică a personalității conștiente a Evei, s-a desfășurat pe parcursul analizei verbale ce a urmat, dar pe temelia procesului jocului cu nisip care i-a precedat și pe care ea l-a parcurs în cea mai mare parte în mod inconștient.

[33] Jung, C.G., *O.C.*, vol. 6, *ed. cit*.

[34] Jung, C.G., *O.C.*, vol. 9/1, *ed. cit.*

[35] Asper, Kathrin: *Verlassenheit und Selbstentfremdung*, *ed. cit*., p. 68.

[36] Tansley, David V., *Energiekörper*, Kösel, München, 1985, p. 78.

[37] Jung, C.G., „Studien über alchemistische Vorstellungen“, în: *GW*, vol. 13, Walter, Olten/Freiburg i. Br., 1978, p. 113.

[38] Jung, C.G., *GW*, vol. 12, *ed. cit*., p. 172, la: Schlange (Șarpe).

[39] Jung, C.G., *GW*, vol. 12, *ed. cit*., p. 105, la: Totenschädel (Cap de mort), mortificatio, nigredo.

[40] Referitor la îmbucătățire, vezi, de exemplu, Eliade, Mircea: *Schamanismus und archaische Ekstasetechnik*, Suhrkamp, Frankfurt/M., 1975, pp. 45 și urm. (*Șamanismul și tehnicile arhaice ale extazului*.)

[41] Referitor la experiența morții, vezi Jung, C.G., *O.C.*, vol. 16., *ed. cit.*, pp. 287 și urm.

[42] Referitor la spirală, vezi Duerr, Hans Peter, *Sedna*, Suhrkamp, Frankfurt/M., 1984, mai ales capitolul „Die Herrin des Labyrinths“, pp. 142 și urm.

[43] Riedel, Ingrid, *Traumbild Fuchs*, Walter, Olten/Freiburg i. Br., 1978.

[44] Referitor la porumbel, vezi Heinz-Mohr, Gerd, *Lexikon der Symbole*, Diederichs, München, 1983, p. 280.

[45] Referitor la al-Khidr, vezi Jung, C.G.: *GW*, vol. 5, Walter, Olten/Freiburg i.Br., 1977, pp. 242 și urm.; și Jung, C.G., *Kindertraumseminar W. 1940-41*, Schippert, Zürich, 1976, pp. 57 și urm.

[46] Jung, C.G., *O.C.*, vol. 9/1, *ed. cit*., p. 184.

[47] Referitor la cuaternitate, vezi Jung, C.G., *GW*, vol. 12, *ed. cit*., p. 225; și Jung, C.G., *O.C.*, vol. 14/1, *ed. cit.*, pp. 5 și urm.

[48] Referitor la opt, vezi Heinz-Mohr, Gerd, *Lexikon der Symbole*, *ed. cit*., p. 311, și Götze, Heinz, *Castel del Monte*, Prestel, München, 1984.

[49] Jung, C.G., *GW*, vol. 12, *ed. cit*., pp. 268 și urm.

CAPITOLUL 9

# Maria — procesul de vindecare a unui copil

După drumul impresionant, dar și dificil, spre vindecarea unei femei adulte, aș dori să prezint acum primele imagini ale terapiei cu un copil. În acest caz mă interesează nu atât prezentarea detaliată a întregii desfășurări a terapiei, pe care am descris-o mai demult exhaustiv în alt loc[50], cât mișcările energiei psihice, deosebit de clar recognoscibile în imaginile Mariei. Nu știu unde altundeva ar putea fi urmărite mai bine mișcările în înălțime și în adâncime, regresia și progresia energiilor, decât în nisipul prelucrabil tridimensional.

În general, metoda jocului cu nisip se potrivește excelent muncii cu copiii, pentru că de obicei aceștia mai simt o bucurie neștirbită la modelarea jucăușă, iar prin înțelegerea lor firească a limbajului simbolic al figurilor folosite pot pune „în joacă“ realitatea exterioară în acord cu lumea lor interioară.

De cele mai multe ori, terapiile prin jocul cu nisip se derulează la fel de intens cu copiii ca și cu adulții, sunt însă mai puțin complicate și îndelungate, întrucât cauzele tulburărilor infantile nu sunt de găsit într-un trecut atât de îndepărtat și sunt mai puțin suprapuse cu probleme secundare ca la adulți.

Maria avea șapte ani și a venit la mine, în terapie, în vara de după primul ei an de școală. Era copilul cel mai mare din familie, un copil încăpățânat și activ, în avans din punct de vedere intelectual față de cei de o vârstă cu ea, iar fizic era

foarte sănătoasă. Totuși de un timp încoace devenise foarte agresivă acasă, se opunea la tot și avea greutăți în exprimare. Se considera urâtă și nu se plăcea. Deosebit de dificilă îi era adaptarea socială, se temea de apă și de tot ce era nou, cum ar fi drumul spre școală și pauza. În rezumat se poate spune că lipsa unei relații afectuoase cu sine și lipsa încrederii primare în sine însăși și în lume au indicat o tulburare de relație primară, care acum, la trecerea de la lumea copilului mic la lumea școlii, s-a făcut remarcată într-un mod deranjant, care i-a inhibat dezvoltarea.

Greutatea în familia Mariei consta în principal în supraevaluarea masculinului, a gândirii raționale și a performanței intelectuale ambițioase. Valorile feminine, ca siguranța instinctivă și o relație plină de încredere cu propria viață fizică și psihică, erau din această cauză slab dezvoltate, ceea ce i-a produs dificultăți mari în special mamei Mariei la trecerea de la o pregătire intelectuală, academică, la maternitate. Maria, fiind primul născut dintre copii, a fost deosebit de puternic marcată de această nesiguranță a mamei ei. Cu atât mai impresionant a fost de urmărit cum transformarea și întărirea personalității ei prin terapie au avut repercusiuni asupra întregii familii și au declanșat acolo o mare schimbare și o dezvoltare pozitivă.

După o discuție atentă cu părinții asupra dezvoltării de până atunci a copilului, a greutăților sale și a contextului familial, am stabilit împreună să vină la mine câte o oră în fiecare săptămână. I s-a dat posibilitatea să aleagă dacă vrea să se joace în nisip sau nu, dar când a intrat la prima oră în spațiul de terapie, s-a dus, ca mânată de ceva, imediat la cutia cu nisip și la etajerele cu figuri. A apucat de acolo un cangur mare de lemn și un crocodil înfricoșător. Acesta a urmărit cangurul în lung și-n lat prin cutia cu nisip. Maria a spus cum *crocodilul cel*

*rău vrea să-l înghită pe cangurul cel drăgălaș*. — Apoi a format în nisip prima ei imagine.

Ce ne spune acest motiv inițial? Avem de-a face cu două contraste majore, iar partea cea rea vrea să înghită partea cea drăgălașă. Partea drăgălașă, *cangurul*, este cert unul dintre simbolurile, sub formă de animal, cele mai răspândite pentru conținerea copilului mic în maternitatea care protejează, încălzește și hrănește și care este atât de vitală pentru copil la început. El exprimă însă pentru copii nu numai susținerea fizică de către mamă, ci și cea psihică, relația afectivă caldă a unei relații primare mamă–copil trăită pozitiv.

Relația primară cu mama (sau, uneori, și cu tatăl) trăită pozitiv și conținerea copilului în ea alcătuiesc nu numai baza relației lui cu corpul său, ci sunt și baza comuniunii interumane, adică a întregii raportări la semeni. De relația primară depind și dezvoltarea unui Eu sănătos, și o relație sănătoasă a acestui Eu cu inconștientul „său“ și deci cu Sinele.[51]

Vedem cât de importantă este o relație primară reușită; la fel și simbolul ei, cangurul. Copilul trăiește în ea sentimentul încrederii ancestrale care formează o bază sigură pentru startul său în viață. Numai că viața înseamnă confruntare, experiența dramatică a propriului corp, a propriului suflet, a familiei, a școlii, a „marii lumi“ cu toate bucuriile și suferințele, speranțele și angoasele. Uneori domină progresul, dezvoltarea și imboldul spre realizarea de sine, alteori însă retragerea, anxietatea, neputința și neajutorarea în fața laturii sumbre și înspăimântătoare a vieții. Copilul trăiește tot mereu ambele laturi, dar relația primară reușită îl apără atunci când se află în întuneric. Ea îi dă copilului, iar mai târziu și adultului, permanent forța să perceapă perioadele de întuneric ca pe intervale de timp ale schimbării lăuntrice și ca tranziție spre o nouă posibilitate de viață.

Nu trebuie să uităm însă că zăbovirea în *unitatea mamă–copil* își are, din punctul de vedere al dezvoltării, intervalul său de timp determinat, dar, după o anumită vârstă, ea înseamnă o cedare în fața vieții. Atunci, adăpostul inițial în maternitate devine o captivitate, în care copilul este ținut în loc din dezvoltarea sa. Motivul pentru care copilul nu poate înainta pe cale naturală și nu poate părăsi „punga cangurului“ îl găsim de obicei într-o fază insuficient trăită de mamă și copil a relației primare strânse, iubitoare și cu adevărat dătătoare de viață dintre mamă și copil. Mama nu-i poate da atunci drumul copilului către un nou capitol al vieții lui, iar copilul este împins, din direcția etapei fizice de dezvoltare la care a ajuns, să părăsească lumea mamei, dar nu o poate face, întrucât nu a trăit încă această lume maternă în suficientă măsură și nu a integrat-o ca sursă de energie.

Maria părea să se identifice în momentul începerii terapiei cu puiul din punga cangurului, dar se simțea urmărită de o forță mare și amenințătoare, „crocodilul cel rău“.

Până și copiii știu despre crocodil că trăiește în apă sau mlaștină. Acolo își pândește prada și o trage sub apă, iar astfel ea este omorâtă. Crocodilul poate fi deci echivalat cu aspectul devorator, aducător de moarte al apei, de care, după cum știm, Maria se temea foarte mult.

În apă își află viața începutul, dar tot acolo poate să-și afle și sfârșitul. Omul se naște din lichidul amniotic al uterului matern, însă nu mai poate, odată devenit o ființă care respiră, să se întoarcă total în apă. Doar în baie sau în ritualul primordial al botezului poate să se scufunde din nou în elementul începutului său și să iasă din nou din el ca un renăscut simbolic.

La figurat, apa este *simbolul* mării forțelor inconștiente, neformate, am putea spune și nenăscute. Scufundarea

trecătoare în apă poate însemna pentru om o însuflețire prin energii noi. Dar adâncirea în ea — o regresie într-o stare inconștientă, fără formă, ceea ce echivalează cu o mișcare opusă direcției de dezvoltare a conștiinței.

Maria mi-a arătat, prin jocul ei scurt, că starea ei era într-adevăr dificilă și că trăia o anxietate puternică. Din povestea ei știam că suferea, pe de o parte, din cauza relației ei primare neîmplinite și de aceea nu avea încrederea și forța necesare ca să înainteze în dezvoltarea ei. Pe de altă parte, jocul ei exprima că era amenințată și vânată de crocodil, și anume de o regresie amenințătoare la o stare inconștientă. Asta ar fi însemnat pentru ea o boală psihică sau fizică.

Posibilitatea de ajutor și vindecare într-o psihoterapie constă în aceea ca respectivul copil, găsindu-se în spațiul protejat al atmosferei terapeutice, să se poată întoarce simbolic în apa originară a uterului matern și să parcurgă de acolo încă o dată relația primară vitală, de astă dată cu terapeutul. Asta se poate însă doar dacă terapeutul acceptă în mod real copilul și îl însoțește devotat, protector și călăuzitor prin regresie și reconstrucția consecutivă a personalității.

Să privim acum ce reprezintă Maria în prima ei imagine și să nu uităm că, pentru un copil, jocul nu este „numai un joc“, ci ceva trăit cu adevărat.

## Imaginea din nisip nr. 1 (fig. 28)

Imaginea pare, la prima vedere, cam neordonată, dar reprezentarea puternic simbolică exprimă o mare forță de imaginație și o viață emoțională intensă.

Ca viețuitoare, nu vedem oameni, ci doar animale; imaginea se încadrează deci în etapa animalică a dezvoltării infantile, în care copilul trăiește inconștient sau preconștient în lumea corporalului, a instinctelor, a pulsiunilor și a emoțiilor.

Animalele înfățișează diferite aspecte active, în mișcare, ale acestei lumi. Plantele, în schimb, sunt adânc înrădăcinate în pământ, ele întruchipează etapa vegetativă a dezvoltării infantile și cuprind cu aproximație primul an de viață.

*În centrul imaginii* se ridică un deal rotund, ca o primă înălțare din planul vieții inconștiente. — Dealul amintește de o imagine din natură, când pământul se boltește, pentru a se deschide și a elibera embrionul unei plante care tinde să răsară. Acest embrion este comparabil cu Eul aflat în creștere al copilului, care iese în decursul dezvoltării sale din Mama Pământ, din întunericul stării inconștiente, și crește în lumea luminii, unde devine văzător.

Prin această desfacere a pământului se produce o deschizătură înspre sus, o legătură cu lumina, cu cerul. Devine posibilă trecerea de la o formă de existență la o alta. Legătura dintre cer și pământ se poate exprima printr-un munte, care aduce omul mai aproape de cer, printr-o scară, un copac sau stâlpul lumii.[52] Acest stâlp al lumii este întotdeauna „în mijloc“, în buricul lumii, el este și centrul lumii personale, oricât ar fi de mare sau de mică această lume a individului în parte. Fiecare imagine în nisip reprezintă lumea individuală a omului creator de lume. Prin urmare, și aici, în imaginea Mariei, dealul stă pentru axa ei personală a lumii, legătura ei dintre cer și pământ. Acolo șade însă crocodilul, o amenințare pentru tot ce ar dori să vină la lumină, ceea ce ar însemna că acesta, ca aspect devorator al inconștientului, împiedică creșterea Mariei în sus, dezvoltarea unei conștiințe care diferențiază.

**Fig. 28:** Maria, imaginea din nisip nr. 1

**Fig. 29:** Maria, imaginea din nisip nr. 2

**Fig. 30:** Maria, imaginea din nisip nr. 3

**Fig. 31:** Maria, imaginea din nisip nr. 4

**Fig. 32:** Maria, imaginea din nisip nr. 5

**Fig. 33:** Maria, imaginea din nisip nr. 6

**Fig. 34:** Maria, imaginea din nisip nr. 7

La stânga, în jurul dealului crocodilului, duce un șanț îngust cu apă, care se varsă în colțul din dreapta jos într-o mică baltă. În acest șanț plutește un vapor mare *verde*, mânat din spate de un șarpe periculos. În vas se află o buburuză cu o umbreluță. Este singura figură din imagine care are ceva uman în sine. Ea stă peste celelalte animale. Maria a folosit-o din nou aproape în fiecare dintre următoarele ei imagini. Maria considera că gândăcelul ar fi chiar ea; de aceea el are o semnificație centrală.

Să privim vaporul în care călătorește gândăcelul. Vapoarele, carele, săniile (vezi și fig. 29) au funcția de a duce o persoană sau un lucru dintr-un loc în altul. În cultele diferitelor religii, imaginea divinității era purtată în aceste vehicule. Întotdeauna se exprimă astfel o mișcare, o trecere, un rit de tranziție.[53] Un rit de tranziție *par excellence* este, desigur, cel de la o clasă de vârstă la alta, în cazul Mariei, din lumea copiilor în lumea mai

conștientă a școlarului. Această trecere este una dintre cele mai grele și totodată mai importante din dezvoltarea unui om, pentru că duce din existența „naturală“, inconștient *animală*, fixată în corporal, spre o viață superioară, care este o viață *religioasă*, *spirituală* și *culturală* deopotrivă, iar abia ea determină sensul vieții *omenești*.

Putem să privim deci vaporul larg, verde ca pe expresia acestui fel de a fi al Mariei încă total fixat în „natural“. În el, gândăcelul, simbol al Eului preconștient al Mariei, este mânat acum de un șarpe, în călătoria lui înapoi în mica baltă, care cuprinde cu apa sa peștii și puișorii, precum o mamă copiii ei. El simbolizează situația originară a conținerii în uterul matern. Asta înseamnă pentru Maria un regres într-o stare anterioară, în unitatea mamă–copil, pe care trebuie să o mai trăiască o dată lăuntric în situația terapeutică.

Fiecare imagine în nisip este o reprezentare multistratificată și exprimă *simultan* diferite stări psihice și mișcări de energie. Cele două mișcări principale în această primă imagine sunt mișcarea de creștere spre sus, care este însă blocată de crocodil, și mișcarea de regresie în situația unității mamă–copil. În mod evident, Maria știa inconștient că trebuia mai întâi să dobândească încrederea primară necesară, înainte să-și poată începe creșterea spirituală.

## Imaginea din nisip nr. 2 (fig. 29)

După o săptămână, Maria a făcut a doua imagine. Acționează deschis, luminos, limpede, ca și cum problematica Mariei s-ar așterne clar în fața noastră. La marginea de jos, ne frapează mișcarea de la stânga spre mijloc, marcată de animale și mașini mici care se îndreaptă într-acolo. Din inconștient curge energie în albia centrală, unde se află și gândăcelul. În albie sunt adunate animale deschise și închise la culoare, unele

sunt chiar ele alb-negre. Aceasta indică începutul unei diferențieri lăuntrice în opușii luminos–întunecat, bine–rău, care sunt necesari pentru dezvoltarea unei conștiințe ce diferențiază.

În contrast cu aceasta stă evenimentul de pe micul deal în partea superioară a centrului imaginii. Acolo se află sub palmieri niște iepurași, iar în fața lor e un șoarece galben pe o sanie, care este trasă de un măgar spre stânga, deci îndepărtându-se de evenimentul central.

Măgarul pare să fie un animal important pentru Maria, l-am întâlnit deja în marginea stângă a primei imagini și îl vom revedea în următoarele imagini. Am putea spune, desigur, că măgarul este fratele mai puțin respectat al calului. Cine nu-și poate permite un cal are cel puțin un măgar pe care-l încarcă cu toate poverile și pe care-l pune să muncească pentru el. Măgarul este tenace și rezistent, dar și încăpățânat și îndărătnic. Ăsta este felul său de a se apăra când este rău tratat. Copiii cred poate că e prost, doar aud adesea vorbele de ocară „măgar prost“. Dar mai degrabă îl compătimesc, căci el suferă din cauză că oamenii îl tratează rău. Copiii se identifică sigur cu măgarul, fiindcă și ei suferă adesea printre adulți din cauza neștiinței lor sau a pretinsei lor prostii, și se simt consolați când citesc în cărțile pentru copii cum bietul măgar a scăpat de viața lui vrednică de milă și a ajuns undeva unde are parte de o îngrijire afectuoasă.

Mângâietoare este pentru ei și relația măgarului cu divinitatea, cu Hristos. La nașterea acestuia, el se află lângă iesle, îl duce apoi în spinare pe Hristos copil și adult — este ceea ce văd copiii în cărțile ilustrate și în Bibliile ilustrate. Copiii sunt încă aproape de Dumnezeu, au un sentiment simplu și corect față de divinitate — dacă nu le-a fost deteriorat! Astfel, eu cred că ei se identifică cu măgarul, care trebuie să sufere în lume,

dar este aproape de divinitate. Putem spune și că măgarul simbolizează în general suportarea și îndurarea propriilor aspecte de umbră, ce duc însă apoi la mântuire, la plenitudine.

O importanță deosebită a avut pentru Maria figura măgarului din povestea lui Pinocchio[54], care a fost mai întâi o marionetă, doar o bucată de lemn însuflețită, și a devenit apoi, ca urmare a numeroase aventuri, un băiețel adevărat, care știa să citească și să scrie, deci era un știutor. Doisprezece măgari trag acolo carul care-l duce pe Pinocchio în țara copiilor, „unde copiii nu trebuie să învețe nimic, ci pot să se joace tot timpul“. Și Pinocchio voia să se joace și să râdă tot timpul, și în felul acesta a devenit el însuși măgăruș, ceea ce l-a *întristat* însă foarte tare. Această tristețe l-a determinat să vrea să învețe, iar astfel a fost din nou eliberat din condiția lui de măgar.

Întrucât Maria se identifica intens cu povestea lui Pinocchio, se poate spune că măgarul simbolizează în această imagine a ei latura din ființa Mariei care nu voia să se dezvolte, ci dorea să rămână un copil mic neștiutor. Dar astfel rămânea fixată în stadiul animalic de dezvoltare, din cauza căruia întreaga personalitate a Mariei suferea mult. Tocmai această suferință a devenit însă pentru ea forța motrice, ca să se dezvolte în continuare.

Așadar, măgarul trage sania cu șoricelul în ea, pe care eu îl interpretez ca fiind sufletul de copil al Mariei[55], departe de acest centru, spre stânga în inconștient. Găsim în această imagine din nisip totodată o mișcare regresivă a energiei psihice din mijloc spre stânga, precum și un aflux de forțe formatoare de conștiință din stânga spre mijloc.

## Imaginea din nisip nr. 3 (fig. 30)

După încă o săptămână, Maria a realizat a treia imagine. Aici frapează mișcări mari în înălțime și în adâncime. Imaginea

dă senzația de a fi răscolită și încărcată emoțional. Muntele înalt, abrupt se ridică într-un mod izbitor din apa în care înoată pești și crocodili. Sus de tot pe munte stă gândăcelul într-o poziție nesigură. Probabil că s-a avântat prea sus și nu mai poate să coboare. Două poduri duc spre munte, dar niciun drum nu duce sus. Avântându-se, micul Eu al Mariei pare să fi rămas izolat și să fi ajuns la ananghie. Se află într-o situație pe care o ilustrează plastic termenul lui Erich Neumann de „Eu la ananghie“:

*Eul la ananghie negativat al copilului este expresia unei alungări într-un Eu întărit patologic, care trebuie să intre în relație cu sine însuși, fără ca, prin natura sa și prin nivelul său de dezvoltare, să poată face față acestei sarcini. Îndărătul autoafirmării sale violente zac mereu anxietate, părăsire și o lipsă de încredere care conține întreaga sferă a ceea ce în mod normal este cuprins de relația primară, relația cu celălalt, cu lumea, cu propriul strat profund, cu Sinele.*[56]

Ca mișcare opusă la această situație dificilă a Eului actual al Mariei, în adâncimea bălții rotunde apare un pește galben într-un vapor *albastru*. Dacă ne amintim de gândăcelul din vaporul verde al primei imagini, care mergea înapoi în balta maternă, atunci în această baltă s-a produs ceva nou, pesemne datorită atenției afectuoase, spiritual-materne a terapeutei. Peștișorul pare a fi un vestitor, un embrion al unei noi personalități a Mariei, iar el călătorește acum într-un vapor spiritual (albastru — culoarea cerului, a spiritualului)[57].

## Imaginea din nisip nr. 4 (fig. 31)

În această imagine frapează mai ales cele patru poduri care duc din exterior peste marginea cutiei cu nisip la muntele central. Ele stau simbolic pentru afluxul de energii din afară,

cum ar fi din contratransferul terapeutului asupra pacientului. Dacă acesta manifestă față de copil sentimente pozitive și așteaptă lucruri pozitive de la el, poate determina o înflorire a naturii sale și a înzestrărilor sale; acționează atunci ca o punte, peste care copilul poate ajunge la sine însuși. Referitor la Maria, a fost cu siguranță așa. Eu o îndrăgisem pe Maria, ceea ce ea simțea cu certitudine, cu toate că aparent nici nu mă observa, ci era complet concentrată pe jocul ei în nisip.

Din dreapta vin tot felul de animale, față de care Maria avea o relație caldă, afectuoasă, deci forțe pozitive. Și pe munte găsim forțe pozitive care urcă, reprezentate prin zebre, cămile și țapi sălbatici. Însă în ciuda afluxului acestor energii ajutătoare, Maria tot mai suferea de relația primară neîmplinită, anxietatea și neliniștea ei continuau, iar Eul ei înmugurit tot mai risca să se cufunde înapoi într-o stare inconștientă.

Acest moment în care noua personalitate a analizandului se arată în germene, dar nu este încă suficient de puternică spre a se dezvolta cert, este foarte delicat și trebuie tratat cu o precauție deosebită. Jung a cercetat în „Psihologia transferului“ această stare critică a analizei, când conștiința analizandului riscă permanent să se cufunde în inconștient. În această dezorientare, substanța valoroasă ar risca să părăsească sufletul (analizandului). „Cel din urmă este un paradox, compus din foc și apă, și anume Mercur, care este mereu pus pe fugă, ca *servus* sau *cervus fugitivus* (sclav sau cerb fugar), adică evită integrarea în conștiință.“[58]

Substanța valoroasă a sufletului este ca un cerb fugar, pus mereu pe fugă, adică ea evită integrarea în conștiință. Această constatare oferă un indiciu edificator asupra motivului foarte special și foarte necopilăresc al celor doi cerbi din imaginea Mariei. În dreapta jos și în stânga sus stă câte un cerb, ambii

fiind marcați ca figuri luminoase prin lămpile de lângă ei. Cerbul din stânga sus pare să vrea să părăsească imaginea, el poate fi numit un „cerb fugar“. Și din poziția cerbilor în spațiul cutiei cu nisip putem conchide că în psihicul Mariei se producea o mișcare în direcția unei dezvoltări spirituale (vezi schema de interpretare de la p. 103). Această mișcare din dreapta jos spre stânga sus nu are însă un scop, ci se derulează în afara cutiei cu nisip, în spațiul liber. În mod evident exista riscul ca cerbul, ca simbol pentru lumina unei trepte superioare de conștiință, să părăsească din nou lumea Mariei. Exista, cu alte cuvinte, riscul ca tocmai înmugurita conștiință a Eului Mariei să nu fie suficient de puternică și ca în continuare „crocodilul“ să-i blocheze dezvoltarea.

Imaginea din nisip a arătat prin urmare că afluxul de energii pozitive din contratransfer, deci de la mine ca terapeută spre Maria, trebuia menținut cu multă grijă, pentru a apăra și a fortifia Eul ei aflat în devenire.

## Imaginile din nisip nr. 5 și nr. 6 (fig. 32 și fig. 33)

După încă o săptămână, Maria a făcut imaginile a cincea și a șasea, care sunt atât de strâns legate una de alta, încât aș dori să le interpretez împreună.

Din dreapta imaginii a cincea până la marginea stângă a imaginii a șasea se scurge o mare mișcare de energii, care se tot revarsă într-un nou cerc tematic arhetipal, îl înconjoară, ca să zic așa, pe acesta curgând și se răspândesc mai departe din rotundurile trasate spre următorul cerc, până la roata care este îngropată în nisip, reprezentând o treaptă mai de jos, mai inconștientă. Dacă pornim de la faptul că roata nu se află numai în locul cel mai din stânga, ci și în punctul cel mai de jos

al celor două imagini, atunci ne putem imagina că energiile nu se deplasează pe suprafață plană, ci se revarsă, aidoma apei unei fântâni, de la un nivel superior, dintr-un bazin de sus, spre bazine situate pe diferite niveluri inferioare. Fiecare bazin apare ca un disc rotund sau ca un nivel al dezvoltării copilului, în care se acumulează energiile, până se umple, iar apoi acestea debordează în cel care se află mai jos. Energiile parcurg deci etapele de dezvoltare ale copilului în recul, până la începutul primordial.

Dacă începem în ordine inversă, de la punctul cel mai de jos, roata, avem o creștere de la nivel la nivel, așa cum o știm din diverse mituri ale creației, de pildă la indienii hopi, la care dezvoltarea culturii omenești este reprezentată de urcarea prin diferite planuri ale lumii.

Cercul central din imaginea a cincea este realizat ca o albie netedă și este plin de animale de casă, care contribuie toate la hrănirea și încălzirea omului — o imagine împlinită a maternității bune ce hrănește și încălzește, un aspect împlinit al arhetipului matern pozitiv, în care este cuprins și gândăcelul. În centrul cercului, Maria a pus o bufniță mare cu fiica ei, și mi-a dat a înțelege că eu sunt bufnița-mamă, iar ea, fiica. — În acest cerc s-a împlinit și s-a manifestat acum relația primară atât de vitală pentru Maria a unității mamă–copil!

Din acest cerc, energiile curg mai departe spre stânga într-un cerc a cărui trasare Maria a început-o. Un omuleț dresează aici animale sălbatice. Dresarea unor forțe sălbatice are sigur de-a face la un copil cu educația. E interesant că Maria a făcut, imediat după acest „circ cu dresaj“, în dreapta jos, în colțul cel mai întunecat al imaginii, o groapă, în care a pus o scroafă sălbatică. Maria a spus foarte deschis că uneori se comporta acasă ca o scroafă sălbatică. În acele clipe era furioasă, se dezlănțuia și țipa și voia să distrugă tot.

Contrastul dintre educația ca dresură și scroafa sălbatică dezlănțuită arată foarte clar că la transformarea copilului dintr-o ființă a naturii într-un membru adaptat, „cultivat“ al societății apare scroafa sălbatică, adică emoționalitatea sălbatică, distrugătoare, ca să zic așa, ca fenomen secundar. Prin acceptarea drăgălășeniei, a cumsecădeniei, a ritmului și a felului de viață al adulților se înăbușă laturile „rele“ ale ființei și emoționalitatea sălbatică, nemanierată, care însă apoi, ca în cazul Mariei, irump brusc din refulare și perturbă liniștea familiei.

Să mergem mai departe la cercul din dreapta imaginii a șasea. Aici se unesc contrastele animale dresate – animale sălbatice. În mijloc se află o figură divină maternă argintie și una aurie. În acest cerc se împlinește aspectul „Marii Mame“ ca stăpână a animalelor și ca stăpână a vieții *animalice*[59] deopotrivă — iar energiile curg mai departe spre un cerc nou.

Aici vedem sub copaci animale mici, care aparțin de pământul roditor, iepuri și găini. În acest cerc al vieții *vegetative*[60] stau împreună uniți gândăcelul, Eul feminin al Mariei, și un omuleț, desigur latura ei masculină. Din această sferă vegetativă curg mai departe energiile, adică doi măgari duc într-acolo unde sunt reprezentați opușii masculin–feminin în formă abstractă. În stânga stă drept în sus un stâlp, un simbol falic, masculin. În dreapta găsim un urcior de lut și o gaură cu apă. Urciorul de lut este, datorită formei lui de uter, un simbol al femininului primordial, iar gaura cu apă este condiția de bază pentru apariția vieții. Din perspectiva omului pe pământ, gaura cu apă și stâlpul simbolizează ieșirea omului din apa maternă primordială pe pământ, locul ființei concrete, înălțarea în lumea paternă a spiritului, cerul, mișcarea de recul a coborârii pe pământ și recufundarea în apă. Acolo circuitul începe din nou, de aceea recufundarea nu este o moarte, ci o

renaștere.[61] Acest circuit veșnic al devenirii și pieirii este reprezentat de roată, care stă aici în nisip și ajunge în jos pe fundul cutiei ce reprezintă apa, ca o roată de apă, care scoate mereu apă nouă și o aduce sus pentru fertilizarea câmpurilor. Această imagine este comparabilă cu psihicul omenesc, care extrage tot mereu conținuturi noi din inconștient și le aduce la lumină.

Cum putem înțelege însă faptul că tocmai doi *măgari* sunt cei care duc la roată? Din perspectiva celor expuse mai devreme despre simbolistica măgarului putem spune că roata se învârtește și procesul conștientizării se derulează în continuare, atât timp cât omul suferă din cauza nonconștienței și a neștiinței sale, adică tocmai a măgarului său, și tinde spre conștientizarea Sinelui său. Aici, ca și în a doua imagine din nisip, suferința din cauza propriei nonconștiențe, simbolizată de măgar, este forța conducătoare în procesul dezvoltării Mariei.

Maria nu era conștientă de aceste conexiuni, dar ea ajunsese în apa ei primordială și putea de acolo s-o ia din nou înainte și să-și reconstruiască personalitatea.

## Imaginea din nisip nr. 7 (fig. 34)

Vedem un șir impresionant de vaci și cai care se unduiește într-o mișcare pendulară amplă, dinamică din dreapta jos spre stânga și din nou înapoi spre dreapta sus. Din punctul de vedere al simbolului spațiului, mișcarea curge din sfera maternului din dreapta jos, spre stânga în lumea interioară, acolo își schimbă direcția și curge, trecând pe lângă gândăcel, din nou spre dreapta în sfera familiei și a mediului înconjurător larg. Energia mai oscilează încă o dată înapoi, pentru a se avânta după aceea într-o amplă mișcare spre înainte.

Vacile simbolizează maternitatea care hrănește și

încălzește; mie îmi dă impresia că ele se află în relație cu cercul „bunei Mame“ din imaginea a cincea. Caii exprimă vitalitate și dinamism, ei stau în relație cu cercul „vieții animalice“ din imaginea a șasea. Ambele cercuri erau umplute de *energie potențială* acumulată, aici ele se dizolvă în *energia direcționată* a marii mișcări spre înainte, care îi face posibilă Mariei trecerea în noua etapă a vieții.

Dacă mai privim o dată în ansamblu ce evoluție spre vindecare a parcurs Maria în modelarea primelor ei șapte imagini, recunoaștem că a fost călăuzită de o știință *interioară*, care a rânduit lucrurile în direcția corectă. Prin această ghidare interioară, prin atenția acordată pe plan sufletesc-spiritual de mine, terapeuta ei, și aflându-se în „spațiul liber și protejat“ al terapiei, Maria a putut să-și depășească blocarea energiilor și să dezvolte în următoarele 33 de ședințe un Eu sănătos și o personalitate consolidată.

A-i oferi copilului atenția și încrederea necesare și a-i crea spațiul liber și protejat înseamnă după mine ca terapeutul să se dedice într-un mod complet deschis copilului, fără păreri preconcepute despre desfășurarea terapiei și fără presiunea timpului și stresul performanței, așa încât copilul să se poată deschide încrezător și fără teamă. El trebuie să păstreze și să apere intimitatea evenimentului, aici intrând și cea a transferului și contratransferului mereu în mișcare înainte și înapoi, și să *nu* ducă această intimitate în afară. El trebuie, pe de o parte, să se încreadă în tendința de autovindecare din sufletul copilului, pe de alta să urmărească însă atent procesul copilului și să recunoască ce se petrece acolo, pentru ca, la nevoie, să poată interveni. Odată aceste premise create, spațiul terapeutic devine, în sens figurat, iar cutia cu nisip devine, în sens concret, „recipientul ermetic“, recipientul reînnoirii și renașterii sufletesc-spirituale.

În partea a doua a terapiei cu Maria, „recipientul ermetic“ a putut fi apoi treptat deschis. În confruntarea cu mine, Maria a putut să-și testeze și să întărească pas cu pas personalitatea transformată. În faza a treia, s-au dizolvat încet-încet și sentimentele ei puternice față de mine ca mamă spirituală. În mod instinctiv a căutat la ultimele ședințe drumul spre grădină, în natură, iar eu i-am îndrumat sentimentele ce le nutrea față de mine spre această „mamă mai mare“. În acest fel, recipientul muncii noastre comune s-a deschis complet, iar Maria și cu mine ne-am luat rămas-bun una de la cealaltă.

---

[50] Pentru analiza detaliată făcută unui copil și amplificări ale simbolisticii teriomorfe, vezi Ammann, Ruth: *Eine Kinderanalyse anhand von Sandbildern, ed. cit*.

[51] Neumann, Erich, *Das Kind*, Rhein, Zürich, 1963, mai ales capitolul 2.

[52] Eliade, Mircea, *Sacrul și profanul*, Editura Humanitas, București, 2005.

[53] *Loc. cit*.

[54] Ref. la măgar, vezi Collodi, Carlo, *Pinocchio*, Editura Herra, București, 2009; și Franz, M.-L. von, *Die Erlösung des Weiblichen im Manne*, Insel, Frankfurt/M., 1980.

[55] Referitor la șoarece, vezi *Handwörterbuch d. deutschen Aberglaubens*, Berlin, 1927–1942, vol. 6.

[56] Neumann, Erich, *Das Kind*., *ed. cit*., mai ales capitolul 3, p. 89.

[57] Referitor la culori, vezi Itten, Johannes, *Kunst der Farbe*, Ravensburger Buchverlag, Ravensburg, 1970; și Riedel, Ingrid, *Farben*, Kreuz, Stuttgart, 1983.

[58] Jung, C.G., *Opere complete*, vol. 16, *Practica psihoterapiei*, „Psihologia transferului“, Editura Trei, București, 2013, trad. de Daniela Ștefănescu, p. 300.

[59] Neumann, Erich, *Das Kind*, mai ales capitolul 5, „Die Ich-Stufen der kindlichen Entwicklung“, p. 151.

[60] *Loc. cit*.

[61] *Das Mysterium der Wiedergeburt*, Zürich, 1961.

CAPITOLUL 10

# Elisabeth — un proces de transformare a femininului

Când a venit la mine în analiză, Elisabeth avea în jur de 40 de ani, era fericită în căsnicie, mamă a trei copii între 10 și 16 ani. Începuse cu câtva timp în urmă o școală și se afla acum în fața primelor examene. Greutatea ei în acest moment era următoarea: pe de o parte își dorea intens să încheie acest studiu, în perspectiva unei activități profesionale noi. Afectiv era convinsă că avea aptitudinile necesare pentru studiu și pentru exercitarea profesiei. Pe de altă parte însă, se temea că nu va putea trece examenele și că de fapt era la modul general prea „proastă“ pentru o nouă școală. Iar față de copiii ei și de soț se simțea vinovată că, din cauza studiului ei intens, nu mai putea fi femeia casnică atotprezentă; în plus, prin educația și independența care i se amplificau, își aducea partenerul într-o stare de nesiguranță în ceea ce privea rolul său obișnuit de bărbat cunoscător și cap de familie, iar lăuntric îi provoca greutăți. Pendulând între dorința ei de dezvoltare, care o mâna înainte, și temerile și sentimentele de vină care o țineau în urmă, se simțea complet blocată și voia să încerce acum să se clarifice prin jocul cu nisip și travaliul analitic realizat cu mine asupra diferitelor forțe din ea însăși care aveau tendințe contrare.

Sigur că la începutul analizei nu am avut cum să apreciez corect cât de departe mergeau capacitățile intelectuale, de

gândire ale lui Elisabeth, dar am constatat curând că avea o percepție diferențiată, precisă și a dezvoltat foarte repede un instinct fin și un sentiment bun pentru sine și mediu. Această stare inițială este favorabilă pentru un proces terapeutic, dar, cel puțin în cabinetul meu, relativ rară.

Elisabeth provine dintr-o familie de meșteșugari dintr-un orășel în Elveția. Relația cu mama ei era afectuoasă și bună și i-a transmis lui Elisabeth o încredere naturală, sănătoasă în viață și în propria ei calitate de mamă. Cu tatăl ei avea o relație mai puțin bună, în măsura în care nu o sprijinea sau stimula în interesele ei intelectuale. Nici la școală nu i-au fost recunoscute capacitățile intelectuale. Elisabeth a fost considerată ca neîncadrabilă la o școală normală. Nu doresc să menționez aici care au fost motivele. S-a dovedit însă curând că această apreciere — pentru Elisabeth a fost mai degrabă o condamnare — nu era corectă, căci era un copil deosebit de inteligent și și-a încheiat cu succes pregătirea ca profesoară. Imediat după aceea și câțiva ani după ce s-a căsătorit a profesat în această meserie. Când copiii ei au ajuns la școală, unii deja la gimnaziu, și-a dorit să mai urmeze o pregătire într-o altă meserie, pe care o putea configura mai individual ca timp și specialitate.

Multe femei se găsesc în ziua de azi în această situație a desprinderii treptate de familie și a reprofilării activităților lor profesionale, și aș dori să subliniez că aceste femei, aidoma lui Elisabeth, nu sunt niște savante intelectuale. Elisabeth este și era o femeie și o mamă foarte iubitoare și sensibilă, însă nutrea necesitatea legitimă de a-și dezvolta mai departe capacitățile intelectuale, de a se perfecționa și de a ieși din cercul destul de strâmt al familiei, pentru a lua parte la un cerc mai larg al vieții culturale. Trebuie însă spus că dubla împovărare este foarte mare pentru o femeie cu o familie activă și o meserie sau o școală, dacă nu are posibilitatea să angajeze un ajutor în

gospodărie. Știu din proprie experiență că viața ca gospodină și mamă, oricât e de ocărâtă, este totuși mai protejată și mai confortabilă decât confruntarea cu stresul performanței și cu solicitările intelectuale ale unei universități sau ale vieții profesionale. De ce iau totuși atâtea femei asupra lor această dublă împovărare? Dintre femeile pe care le-am întâlnit profesional sau particular, rareori a făcut-o una din pură ambiție sau ca divertisment. Pentru cele mai multe este o necesitate lăuntrică profundă. Nu este bine, ba chiar se răzbună pe noi dacă ne neglijăm corpul sau lăsăm să ni se prăpădească sufletul; de asemenea, are consecințe negative dacă un om nu-și folosește mintea lucrând activ. Dacă o femeie își înăbușă sau neglijează necesitatea omenească fundamentală a muncii spirituale, devine nemulțumită, agresivă cu mediul său sau chiar depresivă. Atunci există și pericolul ca ea să critice activitatea intelectuală a altor persoane și să o deprecieze cu remarci negative sau e posibil să deplaseze inconștient propria-i necesitate asupra altora și să-și îndemne eventual soțul sau copiii spre realizări intelectuale de vârf. Vom întâlni anumite aspecte ale acestei problematici și în imaginile următoare, realizate de Elisabeth.

După cum a spus chiar Elisabeth, în procesul ei era vorba despre trecerea de la un arhetip feminin la altul, așadar cu ajutorul imaginilor ei din nisip și cu o profundă examinare a modului ei de viață și foarte multă cumpănire a lui, a găsit un model feminin nou, mai cuprinzător, pentru viața ei. Acest proces nu s-a desfășurat nonverbal, având în vedere că Elisabeth simțea nevoia să se clarifice asupra semnificației diferitelor figuri și a conlucrării lor. Dar acest lucru nu se petrecea pe cale intelectuală, ci întotdeauna raportat la viața ei cotidiană.

Procesul a durat nouă luni. În acest interval de timp,

Elisabeth a executat douăsprezece imagini în nisip, dar nu le pot arăta aici pe toate. În ședințele dintre ele vorbeam despre imaginile anterioare, despre visele pe care le avea și despre prelucrarea psihică intensă a ansamblului de către Elisabeth. La sfârșit mai discutam încă o dată cu atenție imaginile din nisip, pentru a consolida transformarea personalității rezultată de aici.

Această transformare a fost posibilă într-o perioadă relativ scurtă de timp datorită faptului că Elisabeth privea diferitele figuri în parte, pe care le-a folosit la început mai mult sau mai puțin inconștient, întotdeauna cu precădere ca aspecte parțiale ale ei înseși și nu căuta să arunce responsabilitatea pentru aceste forțe asupra mediului ei ambiant. Printr-un dialog asiduu și printr-o confruntare intensă cu diferitele figuri, a dobândit conștiența forțelor care acționau în ea. În această privință, procesul jocului cu nisip poate fi echivalat cu o imaginație activă, care este adesea folosită în psihologia jungiană (vezi Glosar, p. 232).

În figura 35 se găsesc miniaturile cele mai importante, care apar tot mereu în imaginile din nisip și pe care le-am adunat pentru ca și cititorul să-și facă o idee mai clară asupra lor.

## Imaginea din nisip nr. 1 (fig. 36)

Impresia generală pe care ne-o lasă imaginea este ordonată și clară. Fundamentul de nisip ușor umezit este lucrat doar puțin, numai un șanț separă colțul din dreapta sus de restul imaginii, iar un cerc înconjoară un păianjen negru. În rest, ponderea rezidă pe figuri, vedem pomi, case, puține animale și oameni obișnuiți. Diferitele grupări prezintă scene ușor de înțeles din viața cotidiană, de aceea imaginea mi se pare relativ apropiată de nivelul conștiinței. Cele două motive centrale frapante sunt păianjenul negru încercuit și figura de mamă cu

copil care se pregătește să treacă podul spre un alt loc. Mișcarea principală duce în imagine din stânga jos spre dreapta sus, ceea ce, exprimat schematic, corespunde în general unei dezvoltări dintr-o nonconștiență naturală într-o conștiență cultivată. Elisabeth se identifica cu figura mamei și a spus în acea oră că simte cum modelul ei intern ca femeie se transformă și ea se află într-un moment de tranziție.

Să privim mai întâi lumea din care vine figura mamei. În jumătatea de jos a imaginii vedem un sat mic, femei dansând voios, o fată de la țară care hrănește găini și un bărbat și o femeie care stau împreună la masa întinsă. Această parte a imaginii exprimă cu siguranță viața mulțumită, voioasă de familie a lui Elisabeth într-un mediu ambiant rustic-țărănesc. Femeile care dansează se mișcă așa ca și mama spre pod, Elisabeth pare să fie mișcată lăuntric și să se bucure de trecerea într-o lume diferită.

În colțul din stânga sus vedem în fața unui pom înflorit figura unei femei care cară apă stând dreaptă și conștientă de sine, iar lângă ea este o femeie bătrână. Ambele par să aștepte aici, de parcă ar fi gata pregătite să intre în acțiune. Pomul în floare ne spune că amândouă sunt înconjurate de o speranță îmbobocită, primăvăratică. Într-adevăr, chiar era primăvară atunci când Elisabeth a creat această imagine, iar ea era plină de speranță că viața ei se va schimba și ea va înflori. Însă semnificația figurilor încă nu-i era clară pe-atunci. Alesese femeia care căra apă pentru că era impresionată de ținuta ei dreaptă și pentru că, așa cum mi-a spus, era în posesia apei vieții. Elisabeth a spus mai târziu că femeia cu apa reprezintă pentru ea chintesența femeii independente, conștiente de sine. Această latură a ființei ei nu fusese niciodată dezvoltată în ea și nici nu-i fusese de fapt permisă. Chiar ea și-o tot înăbușise, căci considera că o femeie conștientă de sine își folosește în mod

egoist forțele în beneficiul ei, în timp ce o mamă bună trebuie să-și pună toate forțele în slujba soțului și a copiilor ei.

Este interesant că femeia care cară apă este condusă aici de o femeie bătrână pe scena imaginii lui Elisabeth asupra lumii. Elisabeth a explicat mai târziu că această bătrână este știința interioară străveche a unei femei ce o duce spre o dezvoltare globală și îi arată că viața unei femei nu este limitată numai la a fi o soție și o mamă bună, ci trebuie dezvoltate și alte laturi ale ființei, tocmai, de pildă, cea intelectuală individuală. Elisabeth a spus ulterior că această figură interioară a bătrânei înțelepte i-a arătat și a făcut-o să înțeleagă exact la momentul potrivit atitudinea conștientă de sine necesară, de care avea atâta nevoie pentru a trece examenele cu succes.

Însă acum părăsim cele două figuri, căci deocamdată ele stau în imagine în așteptare. În momentul de față știm doar din poziția lor, în colțul din stânga sus, că vor avea ceva de-a face cu dezvoltarea spirituală a lui Elisabeth.

Să ne îndreptăm spre păianjenul negru, care, cum a spus Elisabeth, a fost separat și izolat pentru a proteja celelalte figuri, căci exista pericolul ca păianjenul să otrăvească tot restul. Păianjenul negru simboliza pentru ea latura de umbră a bunei mame, mai cu seamă latura ei negativă, care vrea să împiedice progresul și dezvoltarea copilului ei, care dorește să țină pe loc și să țină captiv copilul din motive egoiste, din motive inconștiente sau, ceea ce este deosebit de primejdios, dintr-o grijă bine intenționată. Elisabeth vedea, pe de o parte, natura acestui păianjen într-o personalitate foarte influentă din mediul ei ambiant, care pretindea că vrea binele lui Elisabeth. Însă persoana respectivă întreținea în această bunăvoință tot mereu convingerea că Elisabeth nu va încheia niciodată o școală cu examenele aferente.

Pe de altă parte, Elisabeth vedea păianjenul și în propria-i

teamă față de studiu și în complexul ei de inferioritate, care tot încerca s-o convingă: „Ah, oare de ce vrei să studiezi? La ce-ți trebuie de fapt o meserie nouă? Doar îl ai pe soțul tău care are grijă de tine (dar care-ți și spune cum trebuie să vezi lumea!) și ai acești copii scumpi, care au atâta nevoie de tine. Fii mulțumită cu ceea ce ai etc., etc.“ Aceste vorbe ale complexului de inferioritate sunt foarte primejdioase, căci ele conțin întotdeauna un sâmbure de adevăr. În general sunt însă diabolice, întrucât răstălmăcesc adevărul și folosesc argumente „bine intenționate“, „drăgălașe“, pentru a camufla propria teamă și inerție.

Asta sună atunci cam așa: „Ah, Elisabeth, nu te înhăma la efortul unui studiu care îți răpește atâta timp, doar este mult mai bine dacă soțul tău și copiii tăi au o soție și o mamă odihnită!“ Diabolicul din această voce îl constituie tocmai faptul că o femeie care este „numai“ casnică și mamă nu-i niciodată odihnită, ea trebuind să-și justifice permanent condiția de a fi numai casnică prin și mai multă grijă și muncă în slujba familiei.

Vom vedea mai târziu, ce-i drept, că păianjenul cel diabolic ca latură umbrită a „bunei mame“ mai ține captive și alte aspecte ale femininului, care se vor dovedi foarte valoroase pentru Elisabeth. În această imagine el a trebuit să fie însă, din prudență, mai întâi încercuit. Dar prin acest cerc el este și scos în evidență, iar noi vedem clar că tensiunea dintre figura „bunei mame“ și păianjen, ca latura ei umbrită, constituie problema centrală.

Să mai privim colțul din dreapta sus. Această aglomerare de oameni și case însemna pentru Elisabeth Parisul ca metropolă a culturii. Să reținem că acolo se află o călugăriță și un preot ca expresie a elementului religios, o țigancă (cu batic galben) și o femeie foarte *frumoasă* (cu șal alb). Vom întâlni din nou aceste

figuri mai târziu sub o formă sau alta.

Motivul orașului Paris a apărut aici în imaginea din nisip, deoarece Elisabeth se afla, în realitatea exterioară, înaintea unei călătorii în acest oraș. Aștepta călătoria cu bucurie și nerăbdare, căci ieșea astfel pentru prima dată din cercul ei familial și putea să pornească în călătorie ca femeie liberă, independentă. Spera la o îmbogățire spirituală foarte mare și la multe impulsuri noi din cultura și arta acestui oraș.

În concluzie, interpretez această imagine în felul următor: Elisabeth se află într-un moment de tranziție, înaintea unei călătorii interioare. Eul ei este încă în mare parte identificat cu rolul bunei mame. Atâta vreme cât Elisabeth trăiește sub dominarea aspectului pozitiv al arhetipului matern, viața ei este cu precădere orientată iubitor și grijuliu asupra copiilor și a soțului ei. Latura umbrită a bunei mame, aspectul negativ al arhetipului matern, apare a fi în mod conștient izolată și totodată accentuată sub forma păianjenului negru. Va trebui să observăm ce aspecte capătă această umbră în imaginile următoare.

Figura femeii cu apa, ca model al femeii independente, conștiente de sine, aparține altui cerc arhetipic al femininului. Ea stă pregătită în colțul din stânga sus, din care, după experiența mea, vin cele mai multe impulsuri spirituale decisive, însă privește spre centru. Așa că putem presupune că ea devine, condusă de bătrâna înțeleaptă, modelul central pentru dezvoltarea spirituală a lui Elisabeth.

Următoarea imagine, care nu este reprodusă aici, a realizat-o Elisabeth după călătoria ei la Paris. Descriu din ea două elemente, care sunt importante pentru înțelegerea imaginilor ce urmează:

Femeia care cară apă a căpătat o companioană, femeia cea *frumoasă* în rochie albastru-deschis. Are un buchet de flori în

mână, iar ca atribut suplimentar, Elisabeth i-a dat o carte drept simbol al științei. Elisabeth a numit această femeie acea latură a naturii unei femei știrbită atât de des în căsnicia și maternitatea tradițională, și anume latura activă din punct de vedere erotic și spiritual a femeii. Din această figură frumoasă și demnă reiese că Elisabeth nu înțelegea prin femeie erotică o femeie ușuratică sau fățarnică. Nu despre așa ceva era vorba, ci despre un spirit franc și o deschidere manifestate în întâlnirile umane și intelectuale și în afara cercului adesea îngust al familiei.

Pentru multe femei, fidelitatea față de partener înseamnă și fidelitatea față de vederile și ideile lui. Astfel însă, orizontul acestor femei se îngustează extrem de mult din toate punctele de vedere, iar din cauza acestei alinieri a gândurilor și a obiceiurilor de viață nu mai este nici posibilă o stimulare și înnoire în cadrul relației perechii. Căci Eros are cu totul altceva în gând. Eros, zeul iubirii, este de cele mai multe ori reprezentat cu arc și săgeată și se spune că nimeni nu este imun la săgețile lui. El vrea să nimerească oamenii cu săgețile lui, să-i trezească. Vrea să lege oamenii, să provoace întâlniri, să înfiripeze relații, să aprindă iubirea, pentru ca oamenii să se apropie unul de celălalt, să rămână plini de vivacitate în schimbul reciproc și să se regenereze. Fiecare întâlnire autentică a unui om cu un alt om, cu opera unui om sau cu natura înseamnă o depășire a granițelor sale personale, strâmte, o provocare și posibilitatea de a-și lărgi propriul orizont. Întâlnirea cu ceea ce este total necunoscut, total diferit produce întotdeauna și o trăire profund numinoasă. Ea poate să devină experiența divinității și să reînnoiască omul din temelii. Din această cauză, apariția femeii „frumoase și erotice“ are pentru Elisabeth o foarte mare importanță. Prin trăirea acestui aspect din sine însăși apare pentru ea posibilitatea de a ieși din retragerea sa, de a scăpa de

sentimentul său de inferioritate și de a se pregăti pentru întâlnirea cu ceea ce este diferit, ceea ce este altfel. De acest „altfel“ ținea în mod evident și știința, căci această femeie este în posesia cărții. Vedem că și latura erotic-spirituală a femeii aparține de cercul arhetipului nou apărut.

Cealaltă scenă mică din această imagine arată o fată de la țară drăgălașă, candidă, care este atacată de câțiva călăreți, printre care un cavaler cu viziera trasă. Această situație o preocupa mult pe Elisabeth. Ea își punea următoarea întrebare: „Ce parte agresivă, beligerantă, care nu-și arată chipul, atacă această fată bună, simplă?“ Am sfătuit-o să încerce în imaginația ei să-i deschidă cavalerului viziera, pentru a-i putea recunoaște fața. Ceea ce a și făcut Elisabeth în răstimpul până la următoarea ședință de analiză, ajungând la următoarea concluzie: cavalerul avea propriul ei chip mânios. Era expresia furiei ei și a agresivității ei față de propria-i atitudine naivă, de fetișcană, care nu voia să vadă ce era ascuns în umbra mamei bune și iubitoare. Această furie era amalgamată și cu o cantitate mare de frustrare. Frustrare din cauză că își înăbușise mult prea mult timp dezvoltarea spirituală personală și își folosise pentru familia ei energia într-o măsură care fusese excesivă pentru prosperitatea acesteia, ba poate fusese, din cauza dădăcirii exagerate, chiar dăunătoare.

I-am atras atenția că această furie care ia naștere din insight-ul în propria ființă poate fi foarte sănătoasă și că în călăreți și în cavaler este prezentă o energie dinamică și bătăioasă pe care ar fi preferabil să n-o îndrepte împotriva ei înseși, ci s-o utilizeze, sub forma determinării și a capacității de a se impune, în confruntarea cu păianjenul.

Aici aș dori să menționez că este mult mai inteligent să se facă uz nu de putere, ci de Eros — femeia cea frumoasă — în sensul capacității de empatie, în confruntarea cu latura

negativă a arhetipului matern. Puterea produce contraputere, iar contraputerea mamei negative este copleșitor de distrugătoare.

## Imaginea din nisip nr. 2 (fig. 37)

Mișcarea dominantă în această imagine duce dinspre stânga spre dreapta, de la figura torcătoarei din marginea stângă la crucifixul din marginea dreaptă. Această mișcare de la stânga la dreapta indică în general o conștientizare și o dezvoltare pozitivă în lumea exterioară. Pe acest drum merg împreună mama și femeia care cară apă și se întâlnesc cu femeia îngenuncheată, pe care Elisabeth o numea „cea umilă“. Chiar sub femeia umilă vedem țiganca. În prima imagine, ea stătea în centrul orașului Paris. Aici este în posesia cărții, simbolul științei.

Să o privim mai întâi pe torcătoare: această figură apare în procesul jocului cu nisip al femeilor adesea în momentul decisiv când devin conștiente de sine. Torcătoarea este un simbol străvechi pentru femeia care muncește, mai exact pentru femeia care toarce dintr-un produs natural un fir ce este refolosit pentru a țese. Țesătura nu mai este atunci un produs natural, ci un produs cultivat. Torcătoarea este deci o formă originară a creatoarei feminine de cultură. Când apare în jocul cu nisip, înseamnă că în persoana care practică jocul cu nisip se află în plină desfășurare un proces de cultivare, o conștientizare.

Noi spunem însă și că torcătoarea ne toarce firul vieții și ne țese destinul. Cunoaștem din mitologia nordică impunătoarele figuri feminine ale celor trei ursitoare, care urzesc firul destinului. Se spune despre ele:

*În cea mai timpurie vreme de aur, zeii nu știau nimic despre*

*ursitoare. Pe-atunci celeștii trăiau într-o inocență ferice, nu se gândeau la vremelnicie, nici la puterea ursitei. Însă când s-au întinat cu păcat, din țara uriașilor au venit trei surori puternice. Ele se numesc: Urd, stăpâna trecutului; Werdandi, care cunoaște ceea ce ființează și devine; Skuld, care știe ce va fi cândva. Atunci a luat sfârșit epoca neștiinței. Căci aceste trei femei au aflat de la uriași destinele tuturor zeilor și oamenilor*.[62]

Odată cu apariția zeițelor torcătoare ale destinului s-a terminat deci cu neștiința și cu inocența ferice. Trecutul, prezentul și viitorul, curgerea timpului și deci și efemeritatea omului, moartea, ajung în conștiință. Din imaginea anterioară știm că pentru Elisabeth trecuse vremea existenței candide, naive de fetișcană — iar o femeie măritată și mamă nu mai poate să trăiască în condiția naivă, inconștientă a unei fete — și că trebuia să dea socoteală de sensul vieții ei. Legat de asta era și problema imaginii ei de divinitate, de aceea figurile care acționează în imagine sunt „întinse“ între torcătoare și Hristos crucificat.

Imaginea noastră creștină asupra fiului crucificat al Domnului este o imagine a divinității suferinde. Copiii folosesc rareori în jocul cu nisip ca reprezentare a imaginii lor de divinitate Crucificatul, ci mai degrabă o figură de Buddha, un prunc Isus sau un înger. Ei se sfiesc de Dumnezeul suferind sau mort. Pentru Elisabeth, în schimb, avea însemnătate tocmai aspectul de suferință a Crucificatului. Ea îi privea pe Cel răstignit, pe cea umilă și pe țigancă în conexiune cu păianjenul negru. Cum se poate înțelege asta?

Ceea ce văzuse Elisabeth îndărătul vizierei cavalerului eliberase, sub formă de mânie și frustrare, o mare cantitate de energie. Aceasta a ajutat-o acum pe Elisabeth să abordeze problema păianjenului. Pe jumătate conștient, pe jumătate inconștient, ea a tot mutat în interiorul ei întregul complex

încoace și încolo, iar la urmă a recunoscut că în spatele păianjenului zace imaginea ei despre divinitate, adică educația ei religioasă neanalizată până atunci.

Elisabeth a spus următoarele: fusese educată în spiritul unei exegeze a religiei creștine care îi atribuie femeii în mod fundamental rolul de a sluji, de a ajuta. Profesii ca infirmieră, secretară, educatoare, cel mult profesoară de școală elementară erau cele considerate potrivite pentru o fată. Și ca femeie și mamă trebuia să servească, să ajute, să fie binevoitoare și să poată fi oricând solicitată. Dacă ieșea vreodată din acest rol, i se reproșa că este rea, egoistă, nefeminină. Spre a satisface această imagine colectivă a femininului, preluase atitudinea „celei umile“.

Să aruncăm o scurtă privire asupra figurii utilizate în jocul cu nisip: ea îngenunchează într-o poziție umilă pe jos, are mâinile împreunate, se roagă sau roagă pe cineva ceva. Părul, podoaba personală a unei femei, este ascuns sub o bonetă, capul și privirea sunt coborâte, ea nu poate să vadă mai mult decât peticuțul de pământ din fața genunchilor. Părul lung, lăsat să curgă slobod, a fost timp de secole semnul fetei libere. Boneta a devenit semnul femeii măritate, totodată și simbolul dependenței și al lipsei de libertate maritale.[63] Lângă ea are o pâine și un coș plin cu fructe.

În pâinea și coșul cu fructe al „celei umile“, Elisabeth vedea datoria unei femei de a da mereu, de a ajuta mereu, de a avea mereu grijă de semenii ei. Elisabeth era și de părere că biserica, precum și mulți bărbați (și multe femei!) încearcă să țină femeile în acest rol, deoarece este pe de o parte frumos și plăcut să ai mereu la dispoziție o mamă atotprezentă, veșnic binevoitoare, iar pe de altă parte, privirea coborâtă smerit împiedică o femeie să vadă din lume mai mult decât e de dorit. Iar Hristos cel suferind era pilda noastră pentru faptul că

suferința face parte din om și noi nu avem dreptul să ne revoltăm împotrivă-i.

Mulți cititori vor obiecta aici și vor spune că acest rol greșit înțeles al femeilor este depășit de mult. Sigur că așa ar trebui să fie, doar se discută și se scrie atât de mult pe această temă. În practică însă nu e așa. Foarte multe femei și foarte mulți bărbați stăruie încă, poate nu în capul, dar în inima lor, în ideea că o femeie adevărată și mai ales o mamă bună trebuie să fie mereu la dispoziția altora, mereu devotată și drăguță. Este clar că asta e o pretenție neomenoasă, dar ea se emite.

Reproșul de a fi egoistă nu mai cântărește azi atât de greu, dar reproșul de a fi nefeminină sau chiar rea, dacă o femeie înalță capul și pe lângă calitatea ei de mamă mai are și alte necesități, atinge profund majoritatea femeilor. Și Elisabeth a fost atinsă de ele, dar, după cum a subliniat, mai mult prin autoreproșuri decât prin reproșurile din partea celor din afară.

Confruntarea cu forțele negative din sine însuși este o sarcină grea, care necesită multă onestitate, temeritate și diferențiere. Căci nu se pune problema de a le elimina dintr-odată. Structurile comportamentale deprinse nu se pot schimba cât ai bate din palme. Mai întâi, trebuie ca modul lor de a acționa să fie recunoscut și conștientizat. Apoi trebuie evitat printr-o autoobservare atentă să se tot revină la comportamentele vechi. După insight-ul în propria ființă urmează munca zilnică, laborioasă cu sine însuși. Eu nu cred în minuni care să schimbe dintr-un foc structura sufletească a unui om.

Elisabeth ar fi putut, de exemplu, să repudieze, odată cu respingerea acestei umilințe greșit înțelese, ce-i fusese inculcată, și sarcina ei de femeie casnică și mamă. Dar ea nu voia așa ceva, pentru că relația ei iubitoare cu soțul și copiii ei era o necesitate autentică. Din acest motiv, figura femeii care

cară apă însemna pentru ea o întărire în maternitatea ei simțită pozitiv. O femeie poate să fie femeie și mamă și dacă își ridică mândră capul, cu sentimentul propriei valori — mai cu seamă dacă se află în echilibru datorită recunoașterii interioare și exterioare a muncii și a intereselor ei personale!

Fortifierea i-a venit lui Elisabeth în decursul timpului și de la o altă figură, și anume a țigăncii, care era în această imagine din nisip în posesia științei. Calitățile feminine pe care noi, femeile moderne, le proiectăm adesea asupra țigăncilor (țiganca apare foarte des în terapiile prin jocul cu nisip) au fost reprimate încă de mult timp în inconștient prin favorizarea unilaterală a feminității marcate de o falsă smerenie. Acolo duc în umbră o existență degenerată. Din aceste imagini în nisip reiese asta limpede. Umbra mamei veșnic bune, aici întruchipată în păianjen, și-a eliberat abia prin determinarea lui Elisabeth conținuturile, și anume pe cea umilă, și deci negativă, și pe țiganca știutoare și, de aceea, pozitivă.

Natura țigăncii se află într-o relație apropiată cu natura vrăjitoarei, care este din nou puternic revigorată tocmai în epoca noastră și descrisă din abundență în literatură. Pentru omul care gândește rațional, țigăncile și vrăjitoarele au trăsături obscure, stranii, însă fascinante. Cunoștințele pe care le au ele despre forțele lecuitoare sau otrăvitoare ale naturii, despre misterele vieții și morții sau despre marile forțe invizibile ale oamenilor nu mai sunt deținute de marea majoritate a femeilor moderne. Însă această mare știință veche mai există în inconștient și preocupă oamenii, pe femei, cât și pe bărbați. După cum știm, existau vrăjitoare albe și negre, există magie albă și neagră, adică aceste forțe pot fi utilizate atât spre binele, cât și spre răul nostru. De aceea este important ca ele să nu rămână proiectate asupra vrăjitoarelor și a țiganilor, ci să fie recunoscute și conștientizate în noi înșine,

pentru ca noi să le putem manevra într-un mod responsabil. Necesare pentru stăpânirea acestor forțe sunt, după cum am menționat deja în introducerea la jocul cu nisip, rafinarea simțurilor și a intuiției, diferențierea și luarea conștientă în considerare a lumii instinctelor, a conștiinței trupești și a capacității figurative de reprezentare, precum și cunoașterea și observarea atentă a naturii interioare și exterioare.

Elisabeth avea multe dintre aceste capacități deja în ea însăși, trebuia doar să le scoată din existența lor umbrită și să le dea valoarea pozițională corectă în viața ei. Integrarea energiilor întruchipate de țigancă a însemnat pentru ea o întărire suplimentară a personalității ei.

Înainte să trecem la următoarea imagine, să privim mărul rotund, roșu din colțul stâng. Adesea, în colțul din stânga sus sau din stânga jos apar unele simboluri care indică o dezvoltare viitoare, adică în inconștient se constelează un cerc tematic, însă care ajunge la reprezentare abia după un anumit timp.

## Imaginea din nisip nr. 3 (fig. 38)

Această imagine din nisip este deosebit de frumoasă și radiază o mare forță. Cele patru colțuri sunt accentuate prin copaci viguroși și înfloriți. În spațiul rotund central se află cinci mere de un roșu strălucitor. În jurul lor stau în cerc toate figurile feminine pe care le cunoaștem deja și în plus câteva bărbătești. Toate ne lasă impresia că sunt legate, unite, concentrate pe merele roșii. Toate par să acționeze laolaltă cu privire la centru.

În stânga lângă cerc stă torcătoarea. Oare ea a determinat această unire a tuturor forțelor?

Dacă privim figurile bărbătești, găsim un purtător de torță, un fluierar, un cioban și un tânăr dansând. Nu vedem în tot cercul nicio figură de stăpân și niciun războinic. În limbajul

psihologiei analitice, aceste figuri masculine ale lui Elisabeth ar reprezenta latura ei bărbătească, animusul ei. Aici, acesta se arată ca fiind pozitiv, ca iluminare, mișcare și entuziasm. Toate figurile radiază pace, bucurie, forță și viață. Aceeași strălucire sănătoasă, vie emană și de la cele cinci mere din mijloc. Merele roșii sau aurii au fost dintotdeauna simboluri ale rodniciei și dragostei. Dacă îi întindem unui alt om un măr roșu care lucește, atunci vibrează întotdeauna și niște simpatie sau un suflu de erotism, care înseamnă: „Te plac!“ Aceste mere roșii sunt folosite în cabinetul meu mai cu seamă de către femeile care se simt fericite și rodnice, care înfloresc, apte de relație și iubire. Plus că sunt cinci mere, iar cifra cinci este împreună cu pentagrama, steaua în cinci colțuri, un vechi simbol pentru marile zeițe ale iubirii Isis/Ișstar, Afrodita/Venus (pentagrama se referă la orbita planetei Venus).[64] Cifra cinci întărește deci și mai mult simbolistica de iubire a merelor. Dar și fără să știm ceva despre simbolistică, aceste mere ne atrag prin culoarea și forma lor. Ele întruchipează vitalitatea, iubirea, sexualitatea, dinamica, senzualitatea și bucuria. Iar Elisabeth nu știa atât de multe despre simbolistica fiecărei figuri în parte. Pentru ea, această imagine reprezenta momentul în care toate forțele ei se puneau în slujba Erosului, în slujba dragostei și a relației care unește.

## Imaginea din nisip nr. 4 (fig. 39)

Aici găsim din nou motivul merelor, înconjurate de patru oameni. Ne dă senzația unei micșorări a marelui motiv arhetipal din imaginea anterioară. Dacă privim exact liniile fine de pe fundul din nisip, recunoaștem reprezentarea schematică a unui om cu picioarele desfăcute și mâinile ridicate. În partea centrală superioară vedem o ridicătură rotundă, care ar putea să indice capul. Astfel privit, micul grup de patru oameni din

jurul merelor se află pe locul inimii, iar toate celelalte figuri sunt orientate în această direcție.

Elisabeth modelase inconștient imaginea din nisip. Când i-am atras atenția la sfârșitul orei că vedeam în nisip un corp omenesc și că toate forțele din imagine se concentrau pe regiunea inimii, mi-a spus: „Da, simt în mine o nouă forță și încredere."

Eu interpretez această imagine astfel: în imaginea anterioară, în Elisabeth s-a constelat marea forță arhetipală a Erosului unificator. În cerc se manifestă și forța care ordonează și centrează a Sinelui, ceea ce este pentru un om întotdeauna o trăire mișcătoare, numinoasă. Imagini în nisip de acest fel au un efect îndelungat și devin o sursă interioară de liniște și forță. Această trăire își găsise ecou în inima lui Elisabeth, dându-i sentimentul de totalitate și forță. Ea a putut să-și depășească sfâșierea inițială și să aștepte acum cu încredere calmă venirea examenelor.

Cele patru figuri din jurul merelor sunt și ele semnificative în sine. Este vorba despre fata cea *frumoasă*, un fluierar, bătrâna înțeleaptă și un bătrân înțelept. În această cuaternitate se unesc contrariile masculin și feminin, tânăr și bătrân. Este în sine o totalitate. Fluierarul aduce prin muzica sa un plus de vibrație și însuflețire, căci tonul, respectiv muzica reprezintă legătura dintre cer și pământ, Dumnezeu și oameni.[65] Această legătură dintre Dumnezeu și oameni devine vie prin vibrațiile inimii — afectul. Sentimentul subiectiv stă în slujba Eului și realizează legătura cu Sinele. Este aidoma bastonului care ne dă siguranță și ne indică direcția în călătoria spre totalitatea lăuntrică.

## Imaginea din nisip nr. 5 (fig. 40)

Ceea ce ne frapează poate în primă instanță este elementul

apei care a fost adăugat aici. Brațul mic al unei ape vine de jos în imagine. În rest, figurile se grupează într-un mare oval în jurul a două centre: în dreapta în jurul unui pom mare și frumos — Elisabeth l-a numit pomul vieții —, iar în stânga în jurul unei pietre lunguiețe, pe care a pus-o ca manifestare sau fortifiere a personalității ei. Împrejurul pietrei stau în cerc femeia care cară apă, cu cartea, bătrâna înțeleaptă, un măr roșu, bătrânul înțelept, un purtător de torță și o bancă goală. Pentru cine stă ea pregătită? Pentru femeia cea frumoasă ori pentru „necunoscut“ sau „necunoscută“?

Lângă pom vedem fluierarul, țiganca, un căluț alb, mama, iar foarte în dreapta din nou femeia umilă, care are, ca figură însoțitoare frapantă, un cocoș lângă ea. Cocoșul are de obicei o semnificație deosebită: el cântă când se crapă de ziuă. El salută lumina zilei care apare din nou, strălucirea luminii care face toate lucrurile vizibile și recognoscibile. Poate că ne arată că natura „celei umile“ trebuie luminată și mai mult.

Importante mi se par în această imagine apa și mica figură cu haină roșie, chiar peste apă. Este o a doua femeie care cară apă, numai că mult mai mică decât prima figură. Ea le duce oamenilor apa din brațul apei.

Ne amintim că Elisabeth a spus despre prima femeie cu apa că este pentru ea chintesența femeii conștiente de sine și că în plus se află în posesia apei vieții. Această femeie mare este o figură arhetipală, un model impersonal în psihicul lui Elisabeth. În schimb, femeia mică o simbolizează, după cum a spus Elisabeth, chiar pe ea. Și ea este acum în posesia apei vieții: apa, apa vieții, apa curgătoare sunt simbolul energiei sufletului, o energie în mișcare și mișcătoare, care-l stimulează pe om. Sursa este inconștientul, din care se poate extrage o energie vitală mereu nouă. Elisabeth a găsit sursa forței ei de viață în sine însăși, și înțelegem acum de ce femeia care cară apă este

conștientă de sine. Este, *deoarece* se află în posesia *apei vieții!* Este conștientă de forța Sinelui ei și își extrage de acolo energie vitală.

## Imaginea din nisip nr. 6 (fig. 41)

Vedem că Elisabeth are chiar două surse de energie. Un braț de apă vine de jos, din sfera pământului, a lumii materiale, din care face parte și corpul, celălalt vine de sus, din cer, sfera supraordonatului, a arhetipalului. Am putea spune și că una dintre sursele de energie vine din pământ, domeniul materiei, iar cealaltă din cer, împărăția spiritului. Astfel am cădea însă în obișnuita polarizare, separarea dintre spirit și materie. Eu spun mai degrabă că spiritul pământului și spiritul cerului se apropie reciproc, că ele caută o legătură.

Pe locul posibilei uniri stau față-n față femeia care cară apă și femeia cea umilă. Ele mai caută încă o dată întâlnirea. Celelalte figuri stau discret puțin mai în spate, însă se concentrează tensionate asupra întâlnirii. Observăm că lângă cea umilă se află un măgar. Simbolistica măgarului am tratat-o deja în detaliu mai devreme. Aici el semnifică, raportat la latura umilă a naturii lui Elisabeth, suportarea și îndurarea propriei laturi de umbră, suferința din cauza pironirii în material, în corporal, căci după o reflectare și o empatizare intensă, Elisabeth nu a mai văzut în figura îngenuncheată doar falsa umilință, ci suferința genuină, propria-i suferință din cauza neștiinței și a nonconștienței. Vedem aici, exact ca la Maria, că lipsa de conștientizare se poate transforma la un om în suferință, într-un necaz real, care poate însă, la rândul lui, să pună apoi în mișcare o dezvoltare a conștiinței. Aici, în această imagine, o latură a ființei lui Elisabeth îngenunchează în necazul ei și îi cere celeilalte laturi, femeia cu apa, ajutorul, căci aceasta cunoaște izvoarele științei, ea poate face ca

inconștientul să devină conștient. Cum putem înțelege acum această interacțiune a diferitelor figuri, raportată la viața practică a lui Elisabeth?

Mai întâi trebuia să-și recunoască suferința din cauza complexului ei de inferioritate, din cauza conștiinței ei prea înguste, și să și-o ia în serios. Apoi trebuia să vadă că sentimentul ei de inferioritate nu era imuabil nici din motive religioase sau sociale, nici din cauză că este femeie. Aici, atitudinea încrezătoare a femeii cu apa, a femeii frumoase și a țigăncii a fost de mare ajutor. Desigur că diferitele figuri, atunci când apăreau în nisip, erau susținute și de mine ca fiind atitudini lăuntrice ale lui Elisabeth.

Ne-am putea imagina acum că amplificarea încrederii în sine ar fi putut denatura și în fantasme de grandoare. Dar nu a existat niciun pericol în acest sens! La modul foarte general am putea spune că, atunci când trebuie în primul rând să ai grijă de o familie, este atât de greu să-ți însușești o materie de studiu, mai ales s-o scoți la capăt cu pregătirea pentru examene, încât succesul este de obicei limitat. Pentru reușită sunt atunci decisive voința, rezistența și mai cu seamă posibilitățile personale ale unui om. După cum am spus deja mai devreme, dintr-o floarea-soarelui nu se face niciodată un trandafir, iar dintr-o violetă mică, delicată, niciodată un stejar mare, puternic. Insightul în propriile aptitudini și limitări s-a exprimat la Elisabeth în următoarea imagine printr-o figură nouă adăugată.

## Imaginea din nisip nr. 7 (fig. 42)

Aici s-au unit cele două ape și formează un singur lac rotund, care stă ca o deschidere spre acea altă realitate: realitatea sufletului. Ne amintim că lumea apelor, lumea energiei psihice curgătoare, aflate în mișcare, face legătura

dintre lumea absolutului, lumea arhetipurilor și lumea materială. În această sferă intermediară dintre spirit și materie rezidă sfera psihică a imaginației sau, cum mai spune psihologia analitică, sfera imaginilor arhetipale. Aceste imagini interioare sunt îmbogățite cu energie psihică, devenind astfel pentru om o sursă de energie.

În această imagine din nisip stau în cerc, în jurul apei, nouă figuri. Sunt mai puține decât în a treia imagine (vezi fig. 38), dar fiecare are pentru Elisabeth o semnificație personală. Numeroasele figuri din a treia imagine simbolizau mai degrabă marea cantitate de energie, în schimb, figurile puține, dar semnificative de aici — calitatea diferențiată.

Bătrâna pereche înțeleaptă stă pentru înțelepciunea străveche, care ne vorbește din inconștient în timpuri pline de semnificație; femeia care cară apă cu cei doi purtători de torțe, pentru latura luminoasă, clară, conștientă de sine a lui Elisabeth; perechea care dansează, după cum ea însăși a spus foarte frumos, pentru vibrarea emoțională la unison a laturii ei bărbătești și a celei femeiești, iar țiganca pentru latura ei apropiată de natură, de forțele întunecate ale inconștientului. În cele din urmă, găsim în dreapta, în cerc, figura africană de lemn simplă, care îngenunchează. După ce Elisabeth a tot oscilat în legătură cu semnificația acesteia, a conchis că figura întruchipează pentru ea smerenia genuină în fața existenței și devotamentul feminin autentic față de viață. Prin acestea, Elisabeth înțelegea acceptarea umilă a propriului destin, pornind nu dintr-un sentiment de inferioritate inculcat, ci din aprecierea obiectivă a propriilor aptitudini. Ea lega de această figură și experiența că sufletul știe inconștient mult mai mult decât rațiunea și că se dezvoltă pe căi întortocheate, al căror sens nu-l putem adesea înțelege imediat. De la această figură interiorizată, îngenuncheată îmi pare că un fir invizibil duce la

torcătoare.

Cercul de figuri închis în jurul lacului rotund reprezintă în acest moment totalitatea psihică a lui Elisabeth. Ea pare să fi ieșit și crescut din figura maternă alăturată. Vedem cum calitatea maternă a lui Elisabeth nici nu s-a pierdut, nici nu a fost refulată, ci s-a transformat într-o feminitate mult mai cuprinzătoare, diferențiată. Pentru acest model feminin, care cuprinde *maternitate*, *eros* și *spiritualitate*, inclusiv în activitatea profesională, nu pot găsi nicio imagine mitologică existentă. Mi se pare a fi arhetipul, aflat în proces de formare în secolul XX, al femeii moderne.

Percepția feminină de sine a lui Elisabeth a trecut de la o formă timpurie la o alta, nouă. Din acest motiv numesc, în contrast cu un proces de vindecare, acest proces de schimbare a formei în jocul cu nisip un proces de transformare.

Aș vrea să formulez încă o idee în legătură cu figura maternă, care stă acum în afara cercului. Impresia mea este că ea nu întruchipează numai propria maternitate a lui Elisabeth. Ea stă aici lângă pomul viguros al vieții și sătucul înfloritor, așa încât desigur că întregul grup împreună poate fi privit ca fiind situația de pornire sănătoasă, înfloritoare a lui Elisabeth, relația primară cu mama ei trăită fericit, care a însoțit ca o sursă de forță întregul proces de transformare.

Dacă ne amintim de Eva, de cât de chinuitor și dificil a fost pentru ea să-și accepte viața și să învețe să trăiască, atunci putem estima ce potențial valoros a adus Elisabeth cu sine încă de la început. Pe această bază și prin munca serioasă depusă pentru studiu și în lucrul analitic, ea a și putut să depășească rănirea pricinuită în trecut stimei ei de sine prin verdictul că era un copil care nu putea fi încadrat normal la școală. Cultura și cunoașterea de sine și le poate dobândi un om prin muncă interioară și exterioară, iar în acest fel el poate — să ne

amintim de torcătoare — să țească activ pentru dezvoltarea și cultivarea lui.

Mi se pare important de reținut că printr-un travaliu interior și exterior mai intens nu numai că poate să fie depășit un sentiment de inferioritate în sfera spiritualului, ci și compensată lipsa sprijinului pe plan spiritual din partea tatălui. Tatăl are misiunea importantă de a-și întări și reconforta copilul și de a-l ghida în confruntarea cu latura dominată de valori masculine a lumii muncii și spiritului. Dacă tatăl a fost absent în această privință, analistul poate să preia trecător această funcție.

Dar o femeie nu trebuie să realizeze această confruntare cu valori masculine și integrarea lor într-un mod bărbătesc sau savant. În imaginile lui Elisabeth vedem tot mereu perechea care dansează ca expresie pentru „vibrarea emoțională la unison a laturii ei bărbătești și a celei femeiești“. Această atitudine vibrândă, cu accent erotic față de elementul masculin, a putut s-o adopte din momentul în care conștiința ei feminină de sine a început să înflorească. Nu ne-am putea gândi că frumosul măr roșu din a doua imagine (vezi fig. 37) a inițiat vibrarea emoțională la unison a perechii care dansează?

În final aș mai vrea să atrag atenția asupra micului călăreț pe un cal alb, care vine în ultima imagine din nisip dinspre colțul din stânga jos. În mod greșit el stă culcat, dar corect era să se îndrepte călare spre centru. Micul călăreț o simbolizează probabil chiar pe Elisabeth și intuim că procesul ei de conștientizare nu s-a încheiat odată cu această imagine. Calul alb ca simbol al unei forțe spirituale și religioase luminoase[66] o poartă mai departe pe drumul ei.

Procesul jocului cu nisip arătat aici s-a încheiat după nouă luni. Elisabeth a continuat să lucreze analitic într-o analiză verbală. Și-a trecut examenele și și-a terminat școala.

Aș dori să mai accentuez o dată că Elisabeth s-a confruntat foarte intens în timpul celor nouă luni cu sine însăși și cu mine ca analistă. Cititorului i se poate transmite doar foarte puțin în acest sens. Dar etapele cele mai importante în care Elisabeth s-a confruntat cu inconștientul sunt prinse în cele șapte imagini discutate și arătate aici.

---

[62] Peterich, Eckart, *Götter und Helden der Germanen*, Walter, Olten/Freiburg i. Br., 1937, p. 23; și: *Die Edda*, Diederichs, Düsseldorf, 1933, pp. 44 și urm.

[63] Referitor la bonetă, vezi *Handwörterbuch d. deutschen Aberglaubens*, *ed. cit*.

[64] Referitor la cinci, vezi Endres, P.C., *Mystik und Magie der Zahlen*, Rascher, Zürich/ Stuttgart, 1951.

[65] Ammann, Peter: *Musik und Seele*, lucrare de diplomă la C.G. Jung-Institut, Zürich, 1965.

[66] Referitor la cal, vezi *Handwörterbuch d. deutschen Aberlaubens*, *ed. cit*.

CAPITOLUL 11

# Anna — interacțiunea dintre imagini din nisip, vise și imagini pictate

În timp ce o așteptam pe Anna pentru prima dată în cabinetul meu, stăteam la geam și am văzut-o deodată: o femeie tânără, frumoasă, cotind după colț. Dar se ținea adusă din umeri, ca și cum ar fi fost foarte încărcată, iar îmbrăcămintea ei era toată în culori șterse, gri, bej și albastru închis. Mă sunase cu câteva săptămâni înaintea primei noastre ședințe și îmi povestise că făcuse deja câțiva ani de terapie prin conversație, că începuse de câteva luni și o terapie prin pictură, dar toate astea nu o ajutaseră să scape de depresiile ei severe. Apoi a citit cartea mea despre terapia prin jocul cu nisip și și-a dorit să încerce acum să-și abordeze problemele prin această metodă.

Când s-a așezat vizavi de mine, am fost mai întâi impresionată de privirea ei pierdută, de-o tristețe adâncă. Părea absentă, plutind pe undeva, nefăcând total parte din această lume. Avea 38 de ani, era căsătorită și avea copii. Crescuse într-o regiune rurală, simplă, din Elveția, care nu corespundea nicidecum imaginii obișnuite, a unei Elveții bogate, ci era un loc izolat, sărăcăcios, arid, care nu prea oferă un imbold spiritual, ai cărui locuitori reprezintă însă valori religioase conservatoare. Părinții ei erau oameni simpli și nu i-au putut da fiicei lor sprijinul și stimulentul sufletesc-spiritual de care ar fi avut nevoie prin natura ei. Asta mi-a fost clar foarte repede, căci, în ciuda faptului că era pierdută și tristă, am simțit de la

bun început că Anna este foarte inteligentă și înzestrată artistic și mai ales extraordinar de însetată de cunoaștere.

Anna mi-a povestit cât de mult suferise din pricina lipsei posibilității de educație școlară și artistică. Din această cauză, o parte esențială a ființei ei a rămas, după cum văd eu, necunoscută și, de aceea, și nestimulată. Talentele existente în ea nu s-au putut dezvolta, ci „au cotit-o“ spre o depresie grea. La 19 ani a încercat să-și ia viața, ceea ce aproape că i-a reușit. A zăcut cinci zile în comă. În acest timp, ea a auzit cum un medic a spus că după trezire putea rămâne eventual handicapată mental, ceea ce a însemnat desigur, după revenirea în viața conștientă, o grea povară suplimentară. Voi reveni asupra acestui punct în descrierea procesului ei terapeutic.

După acest incident a devenit profesoară pentru copii handicapați mental, mai târziu s-a căsătorit și a avut copii, pe care-i iubește și sprijină foarte mult. Consider că și fundamentul căsniciei ei a fost mereu foarte puternic și sănătos. Însă pentru ambii soți a fost dificil că Anna, din cauza complexelor ei de inferioritate ca femeie — se considera o ființă de o valoare minoră — își respingea în mare măsură propriul trup și astfel și sexualitatea.

Aici trebuie să anticipez un aspect important al întregului proces terapeutic: din cauza respingerii sexualității, a pasiunii și a ceea ce este de domeniul fizic, Anna respingea și culoarea roșie. Dar asta mi-a relatat abia spre sfârșitul terapiei, când am analizat din nou întregul curs al imaginilor din nisip și al imaginilor pictate.

Mie, în schimb, îmi place roșul și port foarte des haine roșii sau pantofi roșii. Deci Anna m-a văzut de multe ori în roșu pe parcursul colaborării noastre. Vom observa în descrierea care va urma cum s-a descurcat cu această problemă și cum, datorită intensificării relației ei pozitive cu mine, a putut accepta în cele

din urmă și roșul, cu toate emoțiile pe care le implica. Interesant este însă că Anna, încă înainte de prima noastră întâlnire, deci între prima ei convorbire telefonică cu mine și prima oră de terapie, a pictat un tablou care arată un vas cu pânze pe o mare întunecată, negru-albăstrie, foarte agitată. Vasul o ia spre stânga. Tot la stânga, puțin peste apă, se vede un soare care apune. Vasul intră deci în noapte și într-o furtună. El călătorește în lumea interioară, poate și în trecut. Acest tablou arată deja că nava sufletească a Annei intră într-o fază dificilă, întunecată. În mijlocul vasului stă însă în picioare o figură cu mâinile întinse, într-o rochie roșie. Avea această figură în mod inconștient de-a face cu mine sau trimitea ea deja la o viitoare Anna „roșie“?

La prima ședință, Anna mi-a relatat următorul vis:

*Se află cu copiii ei într-un sat din munți. Se așteaptă un cutremur. Toți ies sub cerul liber. Începe să plouă foarte tare, iar copiii se plâng. Anna le spune copiilor ei că acum ceea ce contează este să reziste pur și simplu în această situație. Cu toate că, din cauza pericolului iminent, ceilalți săteni o sfătuiesc să nu procedeze așa, ea se mai duce totuși de două ori înapoi în casă, o dată pentru a aduce cu ea niște haine, a doua oară pentru a lua jucăriile preferate ale copiilor.*

Un cutremur în munți poate fi foarte periculos. Dacă pământul se clatină sub picioare și pietrele cad din munți, Anna și copiii ei sunt într-o mare primejdie. Visul indica deci într-o direcție asemănătoare cu tabloul — o așteptau zile grele, care să-i zdruncine temeliile. M-am simțit pe de o parte avertizată că terapia cu Anna urma să fie dificilă, pe de alta am perceput ca extrem de pozitiv faptul că Anna lua și aducea în vis, în ciuda pericolului care părea iminent, haine și jucăriile preferate ale copiilor ei. Anna nu și-a pierdut în vis capul, ci a avut, chiar și

în această mare primejdie, o atitudine iubitoare față de copiii ei.

Putem privi copiii în registrul obiectiv drept copiii ei reali, iar atunci visul ar indica faptul că Anna nu și-ar neglija copiii nici în timpul unei terapii dificile. Dar putem interpreta copiii și în registrul subiectiv, și anume drept latura ei lăuntrică infantilă. Jucăriile care însemnau atât de mult pentru ea s-ar putea referi atunci la jucăriile din spațiul jocului cu nisip. Acestea i-ar sta alături pe timp de cutremur, adică ele erau în mod evident importante în zilele de primejdie care o așteptau.

După ce am discutat pe scurt despre acest vis, Anna și-a realizat prima imagine din nisip.

## Imaginea din nisip nr. 1 (fig. 43)

Nu s-a sfiit să atingă nisipul, l-a amestecat energic cu apă și a început să modeleze fără a șovăi. Era evident că munca de meșteșugit îi făcea plăcere. Spre deosebire de privirea ei visătoare, pierdută atunci când vorbea, la cutia cu nisip era total implicată, mâinile ei apucau cu forță și siguranță.

Frapează demarcarea imaginii într-o parte stângă, mai liniștită, mai puțin „populată“, și o parte dreaptă, de sus — văzut din perspectiva Annei, este colțul drept din spate —, unde mulți oameni urcă în spirală un deal. Sus pe deal stă o bilă de sticlă, în care se oglindesc figuri de oameni colorate. Chiar și pe diapozitiv se mai poate recunoaște că bila unește în sine culorile figurilor și devine recipientul tuturor culorilor, recipientul vieții oamenilor de pe această parte a cutiei. În spatele dealului, în colțul din dreapta sus, stă „femeia stelară“, o figură pe care o confecționasem chiar eu odată ca principiu al maternității sufletești-spirituale. O cunoaștem din imaginea a patra a Evei (vezi fig. 15).

Vizavi de ea, în colțul din stânga jos, remarcăm o bilă mare,

verde de sticlă, pe care îmi face întotdeauna plăcere s-o văd într-o imagine în nisip. O bilă de sticlă simbolizează o forță încă nediferențiată, arhetipală, aici forța înverzirii, creșterii, vieții — un element pozitiv.

Mai vedem și că cinci bile de metal înconjoară figura cunoscutei sirene daneze, care privește dusă pe gânduri sau vrăjită spre un șarpe aflat în fața ei. Despre această parte stângă a cutiei, Anna a spus că este lumea ei interioară, singuratică, depresivă. Partea dreaptă, în schimb, reprezintă lumea exterioară vie, veselă, „căreia nu-i va aparține niciodată!“

M-am putut transpune bine în aceste comentarii. Puteam să văd privirea singuratică, pierdută a „sirenei“ în ochii Annei; lumea activă, veselă, din care Anna considera că nu va putea face niciodată parte, am pus-o spontan în relație cu mâinile creative ale Annei. Între aceste două „lumi“ exista, în mod evident, un clivaj.

Dar pe urmă vedem că în dreapta jos se insinuează o a treia „lume“ mică între cele două lumi contrare. Ea ar putea fi terțul liant, care ia naștere din tensiunea dintre partea dreaptă și cea stângă. Sau este rezultatul a ceea ce se petrece în colțul din stânga sus?

Să privim cele două colțuri opuse din imagine. În dreapta jos stă „Mama Pământ, care poartă în ea un copil“ (cunoaștem această figură din a treia imagine în nisip a Evei, vezi fig. 14), lângă ea stă (nu se mai vede în imagine) un cuptor indian, fiind după formă un uter din pământ. O femeie pe un măgar aduce lemne de foc, ceea ce este un lucru foarte judicios, căci focul din cuptor trebuie menținut în viață.

Interesant la această constelație de figuri este că eu, din poziția în care ședeam, vedeam plasați în aceeași linie „Mama Pământ“ cu cuptorul, femeia pe măgar, apoi mai departe în

spate femeia blondă în rochie albastră, care stă exact în mijlocul imaginii, bătrânul înțelept cu ochii mari și un baston de drumeție, șarpele argintiu, iar în colțul din stânga sus, demonul care domină întreaga imagine. Anna l-a numit „diavolul“ sau „*trickster*-ul“.

Această figură, o combinație între animal, diavol și înger, am cumpărat-o la Chartres, în cunoscutul loc de pelerinaj din Franța. Este miniatura uneia dintre figurile care „veghează“ la turnul catedralei și trebuie să alunge răul. Anna era fascinată de acest diavol, l-a folosit în toate imaginile din nisip până în momentul în care acestea au început în mod evident să exprime mai puțin conținuturi arhetipice, inconștiente, cât unele mai personale, mai conștiente.

Această trecere a fost însoțită sau poate chiar direct inițiată de un incident aparte: la începutul orei, Anna a vrut să ia figura de pe suport, dar aceasta a căzut și s-a spart. Ne-am mirat amândouă și ne-am întrebat ce putea să însemne asta. Pe moment nu am știut ce să răspundem. Dar mult mai târziu, când am reanalizat toată seria de imagini din nisip, tablouri pictate și vise ale Annei, incidentul ne-a ajutat să recunoaștem semnificația acestei figuri enigmatice — în măsura în care se poate spune „a recunoaște conștient“, deoarece am văzut că „diavolul-*trickster*“ simboliza, printre altele, inconștientul în sine.

În eseul său „Despre psihologia figurii *triksterului*“[67], Jung scrie despre *trickster:* „El este un predecesor al mântuitorului și, ca și acesta, Dumnezeu, om și animal. Este atât subuman, cât și suprauman, o făptură divin-animalică, a cărei trăsătură generală și cea mai impresionantă este inconștiența.“ În aceeași scriere, Jung pune *trickster*-ul în conexiune cu Mercur, despre care spune în eseul său „Der Geist Mercurius“[68]: „El este procesul transformării a ceea ce este jos, fizic, în superiorul

spiritual, și viceversa... El reprezintă, pe de o parte, Sinele, pe de alta, procesul de individuație și, grație infinității determinărilor sale, și inconștientul colectiv.“

Avem, așadar, de-a face cu o forță care acționează în inconștient, care tinde spre schimbare și dezvoltare, spre individuație. Această forță — reprezentată în imagine prin șarpele care se mișcă — este cea care îi pune în mișcare pe vizionarul înțelept, pe femeia tânără și mai târziu pe oamenii atât de feluriți, în lumea exterioară, inaccesibilă — după cum a zis Anna — pentru ea. Figura de diavol-*trickster* reprezintă deci forța care vrea o transformare, și anume o mișcare spre acea parte de suflet ce părea inaccesibilă pentru conștiința Annei. Îndărătul acestui eveniment stau două figuri, „diavolul“ mai degrabă masculin, demonic, o forță de respingere, și „femeia stelară“ feminină, spirituală, ca zeiță protectoare.

Mai există însă și un alt câmp de forțe — prin tensiunea dintre *trickster* și Mama Pământ cu cuptorul: uterul.

Am învățat printr-o observare îndelungată că figurile care sunt puse în nisip în direcția analistului, aici a analistei, au ceva de-a face și cu aceasta. În majoritatea cazurilor ele simbolizează aspecte care sunt proiectate de analizand asupra acesteia. Sunt mesaje nerostite, dar clare către mine ca analistă, de aceea eu observ întotdeauna foarte exact ce se află în direcția privirii mele.

Mi-am spus deci în această situație: „Trebuie să mă comport ca o mamă care își duce copilul (Anna) până la termen. Trebuie să întrețin focul, adică înțelegerea, grija, dragostea, pentru ca procesul psihic al Annei să se poată dezvolta în continuare. Dar trebuie să nu pierd din vedere nici *trickster*-ul, mai ales să rezist tensiunii care emană de la el, căci el nu este un individ inofensiv.“

Am putea spune acum că aceasta este în general atitudinea

de dorit spre a fi adoptată de un analist: să protejeze, să ofere grijă maternă și, în același timp, să nu piardă din vedere inconștientul și procesul de individuație al analizandului. Dar dacă ne amintim că nava Annei a intrat în întunecimea furtunoasă și că se aștepta un cutremur periculos, atunci, în ciuda întregii atenții afectuoase, tot trebuia să fiu cu ochii în patru. Căci maternitatea afectuoasă te poate și orbi, adică este posibil să nu observi atunci posibilitatea alunecării într-o depresie și mai adâncă, posibilitatea unui pericol de suicid sau a unei psihoze.

Anna venea la mine o dată la două săptămâni pentru o ședință de o oră și jumătate. Locuia destul de departe de Zürich, dar îi plăcea călătoria lungă cu trenul, pe de o parte pentru că se bucura că poate citi mult în timpul ei, printre altele și operele lui C.G. Jung, pe de alta, pentru că mersul cu trenul inducea în ea o stare ireală, asemănătoare celei din vis. În tren nu trebuia să se confrunte cu lumea concretă, ci putea s-o lase, dindărătul geamurilor, se treacă pe lângă ea.

Nu făcea în fiecare oră o imagine în nisip, căci avea foarte multe de povestit din viața ei. Aici este important de știut mai ales că în amurg trecea prin anxietăți mari și, în special toamna, întunericul care se lăsa devreme îi dădea mult de furcă. Atunci o cuprindea o dispoziție profund pesimistă.

Între orele de terapie, Anna picta acasă multe tablouri colorate, de dimensiuni mari. Din păcate, aici pot fi reproduse doar puține exemple. Dar Anna avea un talent deosebit să exprime în imagini, mai cu seamă prin culori, o atmosferă care să-i reflecte sentimentele. Tablourile pictate de ea îmi ofereau în general o privire mai directă în starea ei sufletească personală decât imaginile în nisip. Acestea au arătat, până în momentul în care s-a spart figura *trickster*-ului, o simbolistică mai degrabă arhetipală. Se poate spune că imaginile în nisip se

înălțau dintr-un plan mai adânc, mai inconștient al psihicului și corpului, pe când tablourile pictate reflectau cu precădere starea emoțională și de spirit.

## Imaginea din nisip nr. 2 (fig. 44)

Anna a făcut din nisipul umed, ușor modelabil, mai întâi un deal direct în fața ei, ca o a doua burtă din nisip. A pus acolo un Buddha, figura divină de care se apropiase ea în acel moment. Apoi a construit imaginea în semicercuri concentrice în jurul acestei figuri de Buddha. În mijloc vedem în echilibru cele două figuri materne ca la un cântar. Jos în stânga stă din nou diavolul-*trickster*. Vizavi de el, în diagonală, l-a pus pe „bărbatul cu pene“, o figură cu manta roșie și ornamente din pene galbene, pe care o făcuse cu ani în urmă o altă analizandă ca simbol al inspirației, entuziasmului și creativității. Anna vedea în el trăsături asemănătoare, dar în plus și șamaniste, și era de părere că el și *trickster*-ul s-ar ține în șah, s-ar ține în echilibru.

Întreaga imagine chiar are ceva dintr-o balanță. Bărbatul cu pene nu este, ca diavolul-*trickster*, om, ci o entitate supraomenească. Eu cred că cei doi simbolizează un spirit al aerului, conștient, și unul al pământului, inconștient.

Anna a vorbit în oră foarte mult despre Dumnezeu. Exprima o mare nevoie de siguranță și echilibru și dorea „să fie în divinitate“ și „să fie una cu o ordine cosmică“.

M-a îngrijorat această imagine, căci mi se părea a fi, la începutul unei terapii și ținând cont de indiciile unui pericol mai sus menționate, prea calmă, prea echilibrată. O vedeam ca fiind compensatorie pentru starea ei reală de lipsă a echilibrului, de nesiguranță și de absență. Anna își dorea siguranță și echilibru și le reprezenta în nisip, tocmai pentru că nu le avea. Dar îngrijorarea mea s-a menținut, căci ce știam eu oare despre motivul pentru care forma Anna această imagine?

A configurat pentru sine o imagine ca sursă interioară de forță, întrucât avea nevoie de ea. Încă nu puteam să știu pentru ce avea nevoie de această forță, doar să intuiesc foarte vag. Ea trebuia să îndure inconștient tensiunea neștiinței, eu trebuia să o îndur conștient.

## Imaginea din nisip nr. 3 (fig. 45)

În următoarea imagine frapează insula din colțul drept de sus. Pe insulă se află un castel de basm sau o cetate, alături sunt doi călăreți și cunoscutul șarpe încolăcit. Am văzut șarpele, în această formă un simbol al energiei de repaus, stând în prima imagine în fața sirenei triste și singuratice. Era acesta oare castelul sirenei liniștite, introvertite? Un pod duce de pe uscat pe insulă, la capătul podului stau cele două figuri feminine, precum și diavolul și bărbatul cu pene. Anna a spus că avea un sentiment de despărțire, retragere, plecare. Ar dori să emigreze în Noua Zeelandă. Apoi a zis că trebuie să se confrunte cu „spiritul cetății“, trebuie să-și dezvolte potențialul mental, trebuie să mediteze la divinitate. Pentru a se înțelege asta, voi adăuga aici că Anna percepuse religiozitatea creștină, protestantă, cu imaginea Dumnezeului suferind, crucificat, ca foarte severă, ca ostilă trupului și simțurilor.

Cetatea de pe insulă apare ca un recipient alchimic dublu, în care Anna trebuia să se retragă psihic, pentru a privi complet în interior, în profunzimea sufletului ei. Cele patru figuri arhetipale par să o apere sau poate și să o supravegheze, ca să rămână în recipient și să nu fugă de propria suferință.

Merită menționat încă un detaliu: în spatele cetății stă figura Ioanei d’Arc. Pentru Anna, această figură cu totul deosebită de femeie în armură și cu stindardul în mână simboliza fidelitatea față de propria voce interioară. Așa cum Ioana a urmat solia îngerului care-i apăruse, s-a dus la curtea

franceză, l-a convins pe rege de misiunea ei și apoi a purtat armata franceză la victorie împotriva englezilor, tot așa avea și Anna ceva combativ în sine: și ea lupta pentru vocea ei interioară care îi spunea în mod evident să nu se lase păgubașă, ci să caute tot mai adânc sâmburele depresiei ei și, în cele din urmă, „misiunea“ ei.

După această imagine în nisip, Anna a pictat tablouri în care se vedea cum căuta ceva într-o peșteră întunecată. Căuta cu lanterna, găsea însă „numai“ pietricele disparate.

În aceeași perioadă a avut un vis groaznic despre infinit de multe trupuri îmbucătățite, părți de cadavre, care zăceau de-a lungul unei străzi lungi. Nu îmi era chiar frică pentru Anna, dar simțeam totuși în mine o tensiune crescândă, cam de felul în care descrisese Anna sentimentul ei față de cutremur. Apoi a avut un alt vis:

*Anna este în spital. Fiica ei e bolnavă. Ea știe, ce-i drept, că fetița nu este atât de bolnavă cum zic medicii. Dar medicul face referire la un alt copil al Annei, care a murit deja. Ea nu-și amintește mai întâi, dar după aceea se conturează în ea o imagine vagă, cum ține în brațe un copil muribund, o fetiță. Acum își amintește de disperarea cumplită pe care a simțit-o când copilul și-a dat ultima suflare. Amintirea este atât de teribilă, încât vrea să o uite imediat din nou. Este zguduită la gândul cât de mare trebuie să fi fost atunci șocul, încât trebuise să refuleze moartea copilului ei până la uitarea totală.*

Întrucât copilul mort nu era desigur un copil real, visul a dezvăluit o enigmă pe care Anna o refulase complet. Era moartea propriei feminități tinere.

Trei zile mai târziu, Anna a pictat următorul tablou (fig 51). Pictura are numai culori șterse, reci: alb, gri, negru și albastru rece, când o privești te iau frisoanele. O femeie cu chipul alb,

din care a pierit sângele, pare să doarmă. Sau este chipul palid al unei moarte? Privind tabloul, pe Anna au frapat-o deodată mâinile mici ale femeii. A spus speriată că astea nu erau mâini de femeie, ci mânuțe de copil. Era o „femeie-copil“. Încă marcată desigur de șocul visului avut, a recunoscut că își pictase propria feminitate, care murise încă la vârstă de copil.

**Fig. 51:** Anna, tabloul unei femei cu chipul alb, fără sânge

Ce se întâmplase în copilăria ei? Anna își amintea cu groază că, dacă făcea vreo prostie, era închisă drept pedeapsă în pivniță. Sau că bântuia prin vecinătate un om înspăimântător, nu foarte normal la minte. A povestit și despre serbări sătești,

unde bărbații făceau glume grosolane cu fetele. Sigur că s-a ivit de mai multe ori întrebarea dacă Anna ar fi putut să fie victima unui abuz fizic. Însă ea nu-și putea aminti de vreo situație care să fi dat de bănuit. Mai degrabă, atmosfera cu afecte împovărătoare de acasă și din sat i se părea ca un abuz sufletesc, comparabil cu atmosfera apăsătoare din camera ei de copil, care, cu perdelele ei trase, maro, opace, o oprima, o încorseta și o ținea departe de lumina soarelui care îl face pe om fericit. Așa cum descria Anna casa ei părintească, pivnița și camera ei, așa trebuie să fi arătat și în sufletul fetiței Anna: lipsit de lumină, cenușiu, maro, opac, întunecat, îngrădit, lugubru. Acolo nu existau desigur nici vreun „bărbat cu pene“ care să o inspire, nici vreo lume colorată, voioasă. Numai credința fetiței în misiunea ei interioară nu fusese, în mod evident, omorâtă — de aici fascinația Annei pentru Ioana d’Arc.

Între timp, Anna era deja de șase luni la mine în terapie. Tocmai venise toamna. A realizat acum la rând două imagini din nisip care prezintă anumite similitudini.

## Imaginea din nisip nr. 4 (fig. 46)

La începutul ședinței, Anna mi-a povestit că avea o tendință puternică să acționeze împotriva ei înseși, să se distrugă pe sine. Autodistrugerea era deci tema conștientă a orei. În mod inconștient, Anna a executat altceva, de fapt contrariul, și anume autoconservarea, dar poate nu în felul în care și-o imagina ea conștient.

Vedem în imagine o insulă în formă de ou într-un iaz care înconjoară insula ca un uter. Pe insulă stă figura Ioanei d’Arc. Ea și cu diavolul-*trickster* din colțul stâng de jos se fixează reciproc din priviri. În stânga sus veghează Mama Pământ și un cerb. Din dreapta vin cavaleri și infanteriști, „vor s-o elibereze pe Ioana d’Arc — dar diavolul...!“ Anna voia să zică astfel că

„diavolul“ nu vrea ca Ioana d’Arc să fie eliberată din izolarea ei pe insulă.

Este clar că e vorba despre aceeași insulă ca în imaginea anterioară, numai că acum este Ioana d’Arc „captiva“ care, evident, trebuie încă să fiarbă în „vasul alchimic“, respectiv să sufere, să se maturizeze, să se transforme. „Diavolul“ întruchipează aici în mod vizibil acea forță inconștientă din Anna care „știe“ că încă n-a sosit timpul ca Anna să se îndrepte spre lumea exterioară. Introversia, întoarcerea spre interior către propria depresie, concentrarea pe suferința proprie sunt dorite de „diavolul-*trickster*“.

Vedem adesea această situație paradoxală în procesele de prefacere sufletească. Am dori să fugim de propria suferință, cu toate că vocea interioară spune că acum trebuie să îndurăm. Așadar, autoconservarea însemna acum „să se reziste pur și simplu în această situație“, așa cum le-a spus Anna în primul vis copiilor ei, când era așteptat cutremurul.

## Imaginea din nisip nr. 5 (fig. 47)

Vedem o situație asemănătoare celei din ultima imagine. În dreapta jos *trickster*-ul, în stânga sus Mama Pământ și cerbul, în mijlocul insulei, Ioana d’Arc. Numai că „uterul“ s-a deschis, cavalerii și infanteriștii vin pe insulă, având în frunte un tânăr erou de aur, o figură de cavaler irlandez cu sabie și scut. El stă acum față-n față cu Ioana d’Arc. Îndărătul infanteriei mai vine un grup de muzicanți, iar în spate de tot, femeia pe care o cunoaștem din prima imagine, care e călare pe un măgar și aduce lemne de foc. Anna a spus despre ea că simbolizează „hoinăritul“ zilnic, adică executarea zilnică simplă a muncilor necesare. În schimb, despre eroul de aur a zis că îi aduce Ioanei d’Arc ajutor și sprijin.

Cum se poate interpreta asta? Mai întâi ne bucurăm, căci

cavalerul de aur pare a fi exact pandantul masculin adecvat al Ioanei d'Arc sau partenerul sufletesc potrivit, săritor, pozitiv pentru Anna. El este însoțit de muzică de tobe, deci atmosfera care domină este una veselă, animată.

Dacă privim fundamentul acestor ultime două imagini, ne sare în ochi cât de plastic a lucrat Anna cu nisipul umed. Și formele sunt foarte solid realizate. În această a cincea imagine, figurile care pătrund în uter ne dau senzația de fecundare. Avem aici chiar și trei broaște verzi, niște simboluri mici ale fertilității. Imaginea nu reprezintă deci un „eveniment petrecut în minte", ci o întâlnire trăită cu trup și suflet dintre luptătoarea lăuntrică a Annei pentru propria dezvoltare și un spirit tânăr, motivat pozitiv. Căci doar vocea interioară nu ajunge, ea are nevoie și de un spirit activ, stimulator, care conferă vocii sunet și o ajută să se impună în lume. Imaginea pare să exprime această unire, iar „diavolul" nu are nimic împotrivă. (Chiar cred că zâmbește satisfăcut pe sub mustață! Adesea nu mi-am putut înăbuși gândul că diavolul avea ceva de-a face și cu mine. Și eu stau de multe ori cu brațele rezemate pe brațele fotoliului meu și privesc de acolo ca un *trickster* impenetrabil ceea ce se întâmplă în nisip!)

Am spus mai sus că imaginea ne bucură. Da, însă trebuie să știm că imaginile în nisip vin din profunzimea sufletului și sunt realizate adesea cu multe luni înainte de a fi percepute conștient ca expresie a schimbărilor în viață. Așa a fost și în cazul de față. Mai cu seamă aceste două imagini au părut să-i dea Annei inconștient, adânc în interior, forța de a îndura iarna reală și cea sufletească. În timpul celor patru luni care au urmat, i-a mers foarte rău. Venea la ședințe, dar starea ei mă speria. Dacă nu aș fi văzut imaginile ei anterioare în nisip și dacă nu aș fi luat din primul vis al Annei (până la urmă, doar nu se produsese acolo realmente nicio catastrofă) o fărâmă de

speranță, poate că nu aș fi crezut într-o primăvară psihică a Annei.

**Fig. 52–55:** Anna, tablouri ale groazei, ale anxietăților, ale lugubrului, dintr-o serie

Anna nu a realizat în acest timp nicio imagine în nisip, nu mi-a povestit niciun vis, dar a pictat acasă foarte mult. Vedem câteva dintre tablourile ei în fig. 52–55. Au fost mult mai multe, toate de dimensiuni foarte mari, cenușii, negre, îngrozitor de apăsătoare. Când mi-a adus în primăvară aceste tablouri la

mine în cabinet și le-am putut vedea la perete pe toate simultan, mi s-a oprit răsuflarea. Tablourile, mai ales culorile din ele, spun cu mult mai mult decât cuvintele, iar acestea erau zguduitoare. Arătau mai întâi o coborâre în pivnița întunecată, apoi anxietățile copilului Anna, groaza, macabrul, deruta, inconceptibilul, incomprehensibilul care pot întuneca sufletul unei fete. A venit în cele din urmă — ce eliberare! — un tablou care arată ieșirea din întuneric la lumina vie. Iar curând după aceea a pictat un peisaj verde. Anna reușise să străbată negreala, trecuse de ea, acum putea să picteze verdele și s-a cufundat în forța înverzirii — viriditas cea sacră care se vestise încă din prima imagine în nisip, sub forma bilei verzi de sticlă.

## Imaginea din nisip nr. 6 (fig. 48)

Apoi a modelat a șasea imagine din nisip. În scurtul dialog pe care l-am avut la începutul ședinței, Anna a fost de părere că pentru ea era acum importantă acțiunea. „Eroul de aur“ începea evident să își exercite efectul ca forță interioară.

Această fotografie nu este luată din poziția Annei, ci din partea dreaptă a cutiei, ca să se vadă mai bine ce se petrece pe insulă. În mica peșteră stă Ioana d’Arc, iar în fața ei șade „diavolul-*trickster*“. Anna a comentat că el veghează ca fecioara să nu adoarmă. În stânga imaginii șade acum o altă figură, o copie mică a „Gânditorului“ lui Rodin. Prin dreapta năvălește un taur mare, maro în imagine, „o forță străpungătoare, o luptă imprevizibilă pentru libertate și pace“, cum a spus Anna.

Trecerea prin întunericul cel mai adânc al sufletului și pictarea trăirilor traumatice din copilărie o eliberaseră pe Anna în interior și sloboziseră forțele fizice sălbatice ale unui taur. Dar această irumpere ar fi putut să îi dea un avânt entuziast, ar fi putut s-o facă imprevizibilă și exuberantă. S-ar fi putut pierde în viața exterioară, de atâta bucurie că se lepădase în fine de

marea povară. Însă „diavolul-*trickster*“ nu a vrut așa; în mod evident Ioana d’Arc interioară a Annei trebuia să rămână trează, alertă, deci conștientă și activă; mai avea de săvârșit o misiune.

Atunci Anna a avut următorul vis:

*A născut un copil. Este mongoloid. Se chinuie cu el. Medicii spun că vor trebui să-i taie buricul cu un cuțit de bucătărie. La copiii „handicapați“, mai spun ei, asta se face fără anestezie, că ei oricum nu simt nimic. Apoi a venit soțul Annei și a zis că el ia acum copilul cu el acasă. Atunci a putut și Anna să-și accepte copilul.*

Acest vis a alarmat-o pe Anna. Și-a adus din nou aminte de ceea ce auzise în comă, cu mulți ani în urmă, după tentativa ei de sinucidere, și anume că s-ar putea ca după aceea să nu mai fie normală la minte.

Aceste cuvinte rămăseseră cumva în memoria ei. Oricum crezuse de fapt întotdeauna că nu e complet normală. Cu această idee trebuia să se confrunte acum, iar visul îi dăduse încă o dată un impuls în acest sens.

În anul următor s-a pus apoi problema în ședințele noastre ca Anna să-și găsească treptat încrederea în sine, să creadă în ea ca femeie și în înzestrarea ei. Imaginile ei din nisip și numeroasele ei tablouri pictate atât de frumos au devenit imagini interioare, hrană sufletească. Imaginile exterioare au devenit tot mai colorate și voluptuoase. Se picta pe sine dansând veselă în galben, mai târziu în portocaliu și roșu, ca femeie senzuală, frumoasă. E interesant cum și picturile Annei în culorile negru, verde, alb, galben, portocaliu, roșu urmează succesiunea coloristică alchimică a lui nigredo, viriditas, albedo, citrinitas, rubedo (vezi Capitolul 8). Dar se poate spune și că ele urmează culorile naturii: întunericul iernii, verdele

primăverii și apoi amplificarea intensității coloristice până la roșul din plină vară.

Odată cu creșterea conștiinței de sine și a încrederii în aptitudinile ei profesionale, s-a dezvoltat și relația Annei cu propriu-i trup și cu sexualitatea. O sexualitate fericită se dezvoltă dintr-un firesc sufletesc-mental sănătos, de aceea era extrem de important ca Anna să-și poată depăși ideea că ar fi „handicapată“ mental și să-și poată realiza dorința unei profesii artistic-terapeutice.

Am susținut-o în căutarea unei stimulări și a unei împliniri sufletești și spirituale, căci, așa cum spunea Anna tot mereu, un om, și mai ales un om tânăr, are nevoie de speranță, viziuni, imagini sufletești, viață spirituală. Sărăcia și neglijarea sufletească îl îmbolnăvesc pe om: dacă nu-i dai unui copil hrana sufletească de care are nevoie, dacă îl lași să secătuiască din punct de vedere spiritual, putem vorbi — și este corect spus — și despre un abuz psihic. Ce vreau să zic este că acest tip de abuz poate fi la fel de cumplit, dacă nu chiar mai pustiitor, ca un abuz fizic. Dar din păcate acest tip de abuz le este majorității oamenilor complet inconștient, pentru că ei nu se gândesc ce foame și sete de viață, de învățătură și de știință are sufletul unui copil. La fel de însetați precum copiii sunt și adulții după posibilitatea de a fi creatori, căci asta îi aduce pe oameni aproape de Dumnezeu și de Creația divină.

Mai rămâne de relatat povestea culorii roșii[69] — o poveste dintre Anna și mine. Până la „primăvara terapeutică“, atunci când Anna a ieșit din perioada ei de întuneric sufletesc, folosise foarte puțin roșu în imaginile ei. Când s-a năpustit apoi taurul în imaginea ei din nisip (fig. 48) și când vitalitatea Annei a început să înflorească, a pictat aproape în același timp un portret de femeie complet în roșu. Nu este un autoportret, femeia având mai degrabă trăsăturile chipului meu. În mod

evident, Anna a putut să accepte acum roșul, dar mai întâi provizoriu la mine. Următoarele tablouri arată apoi o bilă roșie, asemănătoare unui ou sau unei semințe, plasată într-un fel de potir, iar ulterior o mărire uriașă a unei secțiuni prin țesutul uman, țesutul unei placente. La această interpretare nu a ajuns nici Anna, nu am ajuns nici eu, ci o doctoriță care lucrează cu femei gravide și cu copii nou-născuți. Pare să fi văzut extrem de corect, căci curând după aceea, Anna a pictat un tablou (fig. 49) care reprezintă în mod clar un embrion roșu într-o cavitate portocalie, asemănătoare unui uter.

Am interpretat acest copil în devenire drept copilul nou, interior, acum roșu, din Anna. Undeva în sfera enigmatică a rezonanței dintre Anna și mine avusese loc, neexprimat prin cuvinte, ci în tăcere, o întâlnire, o fecundare, care a dat naștere acestui copil roșu. Mulți ani mai târziu Anna a spus că găsise în mine pentru prima dată o figură pozitivă de mamă și femeie și că apoi, prin intermediul relației bune cu mine care doar întruchipasem până atunci roșul, a putut și ea să accepte roșul iubirii, al sângelui, al corpului și al sexualității.

Copilul cel roșu a crescut. Puțin după aceea, Anna a pictat o mamă care își ține copilul roșu, nou-născut în brațe. Mama și copilul erau învăluiți într-un soi de lichid portocaliu, dătător de viață. Între cei doi se putea percepe în mod clar o relație afectuoasă. După alte câteva luni, Anna a pictat portretul foarte roșu al unei fete, un copil strălucitor cu pomeți rotunzi și o cunună de bucle. Negreala era lepădată; feminitatea tânără a Annei înflorea aidoma unui trandafir.

Și copilul a crescut. Figura 50 o arată pe Anna ca femeie adultă, îmbrăcată în portocaliu și roșu. Nu am văzut-o de fapt vreodată pe Anna în roșu sau portocaliu, încă prefera să poarte albastru sau culori pale, dar ființa ei strălucea din interior intens și pasional în aceste culori.

Multe luni mai târziu, după ce se încheiase procesul terapeutic, Anna a pictat ceva foarte amuzant: la malul unui pârâu zac în iarba verde doi pantofi roșii. Mi-a trimis tabloul cu comentariul că acum nu mai are nevoie de „pantofii mei roșii“! Tabloul era însoțit de un fragment de vis:

*Am primit o carte. Este roșie în exterior și albastră în interior, este scrisă tot în albastru pe desene albastre. Doamna Ammann a scris-o pentru mine. Este ceva important.*

Visul ne poartă cu aproape trei ani în urmă, la prima imagine din nisip. Anna credea pe atunci că nu va face niciodată parte din lumea exterioară voioasă, colorată, din dreapta imaginii. Dacă ne gândim acum ce înseamnă mama pentru un copil mic, și anume „Non-Eul“, alteritatea, lumea exterioară, atunci recunoaștem că Anna le pusese în legătură cu mine nu numai pe mama dătătoare de viață, spirituală și culoarea roșie în semnificația ei cuprinzătoare, ci și întreaga lume exterioară reală. Toate acestea le văzuse în mine, în parte conștient, în parte inconștient. Acum însă povestea terapeutică dintre noi era consemnată într-o „carte de vise“, albastră în interior și roșie în exterior, și mergea înapoi în lumea interioară a Annei. Ceea ce a rămas în exterior este o relație omenească între o femeie mai în vârstă și una mai tânără.

În concluzie, aș dori să revin la interacțiunea dintre vise, imagini pictate și imagini din nisip. Chiar și puținele arătate aici, o selecție dintr-o serie lungă de picturi, evidențiază procesul intens emoțional. Ele arată drumul Annei prin suișurile și coborâșurile sentimentelor; se poate spune că sunt imagini ale sufletului, care vin din inimă (din una suferindă!).

În schimb, imaginile în nisip mi se par a fi modelate din pântece, din adâncimea inconștientă a corpului. Ele întruchipează forța de rezistență susținătoare necesară, de care

a avut nevoie Anna pentru a-și putea străbate drumul în și prin întuneric. Este extraordinar de impresionant cum figura de „diavol-*trickster*“, pe care o putem privi ca întruchipare a Sinelui, o ține prinsă strâns în procesul său pe „Anna-Ioana d'Arc“, Eul Annei. Totodată, alte figuri, mai cu seamă marile figuri feminine ale Mamei Pământ și ale mamei spirituale, îi dau Annei putere și ajutor.

Visele stau însă ca niște memoriale în întregul eveniment. Ele sunt mesageri din inconștient care spun: „Nu uita acest aspect“ sau „mai există încă un element în viața ta de care trebuie să ții cont“.

Fie că este vorba despre imagini din nisip tridimensionale, concrete, despre imagini bidimensionale ale sentimentelor sau despre vise care vorbesc clar dintr-o realitate intangibilă, avem de-a face cu forme diferite de manifestare a personalității inconștiente a Annei, care contribuie toate în mod foarte specific la atingerea plenitudinii Annei.

---

[67] Jung, C.G., *Opere complete*, vol. 9/1, *Arhetipurile și inconștientul colectiv*, par. 472, capitol tradus de Daniela Ștefănescu, Editura Trei, București, 2014.

[68] Jung, C.G., *GW*, vol.13., *ed. cit*., p. 254.

[69] Riedel, Ingrid, *Zu Rot und anderen Farben*, Kreuz, Stuttgart, 1983.

CAPITOLUL 12

# Rezonanță și transfer–contratransfer

Într-o terapie prin jocul cu nisip apar în principiu aceleași fenomene de transfer și contratransfer ca și în analiza verbală a viselor. Figurile onirice și evenimentul oniric, în care se ancorează elementele transferului, sunt însă înlocuite în jocul cu nisip prin figurile și evenimentul din nisip. Exemple în acest sens găsim în cazul Evei, în fig. 23 și 24, iar în cazul Annei, în fig. 43. Același lucru este valabil și pentru elementele de contratransfer. Cu toate că aceste fenomene sunt extraordinar de importante și în terapia prin jocul cu nisip, renunț să le analizez în detaliu, întrucât există o literatură de specialitate remarcabilă și amănunțită în ceea ce le privește.[70]

În această carte aș dori să detaliez doar acele aspecte care sunt foarte specifice pentru terapia prin jocul cu nisip.

Interesant este că această metodă pare să trezească niște așteptări neobișnuit de înalte și de idealizante atât la analiștii jungieni începători, care doresc să deprindă și să folosească jocul cu nisip, cât și la oamenii care vor să se supună unei terapii prin jocul cu nisip. Am putea spune că primul transfer asupra jocului cu nisip este un ideal înalt.

În timpul predării metodei jocului cu nisip am tot pus întrebarea care este motivația pentru a o învăța în teorie și din experiență proprie, sau pentru a o aplica în munca terapeutică. Menționez aici câteva cuvinte-cheie care arată motivul pentru care se dorește o experiență proprie cu metoda jocului cu nisip:

dorința unei viziuni mai largi asupra lumii; ideea vindecării; experiența totalității; creșterea spirituală. Dar și: bucuria de a fi creator. Câteva motive pentru rațiunea existenței acestei metode terapeutice ar fi: experiența religioasă; vindecarea clivajului dintre corp și spirit; crearea de viață sufletească (*soul making*); dar și: stimularea imaginației; activarea planului nonverbal și preverbal. Două așteptări amuzante și foarte corecte pe care le are analistul de la terapia prin jocul cu nisip: latura veselă și ludică a analistului este stimulată, iar analistul își arată adevărata natură (în spațiul în care se desfășoară jocul cu nisip).

Este incontestabil că în toate aceste așteptări zace un sâmbure mai mic sau mai mare de adevăr. Dar în general sunt totuși proiecții foarte idealizante care se fac asupra acestei metode. Cred că asta se explică prin faptul că jocul cu nisip este încă relativ puțin cunoscut, așadar atrage asupra lui dorințe încă inconștiente sau, mai bine zis, nediferențiate, de perfecțiune, de experiență terapeutică și de experiență a divinității. Și faptul că este legat de creativitatea noastră și că de acolo se poate într-adevăr păși spre experiența numinoasă impresionează oamenii și poate că îi face să uite puțin cam repede că noi, oamenii, purtăm desigur în noi o scânteie de divin, dar altminteri nu putem să ieșim din pielea noastră omenească nici după o psihoterapie.

Căci și la jocul cu nisip, natura omenească se arată foarte repede. Unde este multă lumină, este și multă umbră. Opusul idealizării este deprecierea. În această stare de spirit, metoda este apoi respinsă ca fiind „doar o joacă de copil“. Și C.G. Jung a trebuit să depășească în sine însuși această depreciere, odată ce chiar resimțise ca umilitor faptul „de a nu putea face cu adevărat nimic altceva decât a mă juca“.

După ce eu însămi am aplicat terapeutic și am și predat,

timp de peste 25 de ani, metoda jocului cu nisip, sunt de părere că ea este la fel de bună ca și însuși terapeutul specializat în jocul cu nisip, poate chiar ceva mai bună, căci prin joc și modelare se poate deteriora pesemne mai puțin în munca analitică, decât prin interpretări cu cuvinte tăioase, grele.

Reușita unei terapii prin jocul cu nisip are de-a face cu persoana terapeutului, respectiv cu rezonanța dintre acesta și analizand. Cu cât un terapeut este mai diferențiat și mai complex ca specialist și ca personalitate particulară, cu atât va putea să trezească mai bine la viață și aspectele încă latente ale analizandului.

Am vorbit mai demult despre corzile răsunătoare ale analistului, despre vibrațiile care pornesc de la el și care pot să facă să răsune corzile corespunzătoare din analizand. Acest joc al rezonanței începe imediat ce analizandul pășește în încăperea unde se desfășoară terapia prin jocul cu nisip. Îl atrage nisipul din cutie, vibrează odată cu el sau nu? Căci nu toate tipurile de nisip sunt la fel: calitatea și culoarea pot fi foarte diferite. Nisipul de mare conține sare, nisipul de la moara de cuarț este neutru, dar, oricum ar fi, terapeutul este cel care își alege nisipul și se îngrijește de el.

Apoi mai sunt figurile și obiectele de pe rafturi. Și acestea au fost de cele mai multe ori căutate, alese și cumpărate cu dăruire și multă grijă de terapeuți, ba chiar confecționate, îngrijite, reparate de ei. În cazul meu, eu cunosc povestea aproape a fiecărei figuri; până și despre pietrele din coșuri știu unde le-am găsit. Fiecare bucată aflată acolo a fost atinsă și aranjată de mine de nenumărate ori, ea este legată de amintirile și sentimentele mele. Obiectele nu sunt deci nicidecum „lucruri“ neutre, ele devin de-a lungul timpului parte din terapeut. Cât de puternic ești legat de colecția de figuri folosite în jocul cu nisip observi cel mai bine când vezi cât

de mult te necăjești dacă cineva le disprețuiește sau le distruge cu răutate. Oricât te străduiești să nu te identifici cu figurile, tot există un fel de legătură între tine și ele.

Să ne imaginăm situația ciudată că fiecare analizand care execută o imagine din nisip se folosește de părticelele „mele“. Sunt „părțile“ mele pe care le integrează el în imaginea lui din nisip, din părțile *mele* își realizează el lumea *lui* în cutia cu nisip. Nu este acesta un tip foarte special de rezonanță între analizand și analist? Acum poate că devine clar și de ce analistul nu este atins numai „la cap“ în ședința în care se folosește tehnica jocului cu nisip, ci și „la inimă“ și „la pântece“.

Jocul rezonanței merge însă și mai departe. Pe canalele deschise dintre analizandul care acționează activ și analistul care este pasiv, dar atent, vibrează de la unul la celălalt și înapoi gânduri, emoții și afecte în mod conștient și inconștient și se întrețes formând un terț vizibil: imaginea din nisip. Este o situație cu totul specială, care se reflectă adesea în imaginile despre apropierea treptată a două elemente diferite, despre fecundare și contopire. Procesul este destul de greu de descris, însă senzația mea este că analizandul „absoarbe“ și își „încorporează“ direct din analist aspectele sufletesc-spirituale care îi lipsesc, dar care sunt necesare în vederea unei însănătoșiri. El își ia, ca să zicem așa, ce are nevoie — atât timp cât analistul i-o poate da!

După cum voi mai menționa o dată în capitolul final, acest proces este unul foarte intim și trebuie observat și reflectat de analist cu conștiința răspunderii și cu mare grijă.

Un lucru e însă clar: cu cât mai multe corzi are la dispoziție „instrumentul“ analistului, cu atât poate să obțină mai multe la analizand. Asta sună foarte frumos, dar are, așa ca toate lucrurile, două fațete. Există corzi pozitive și negative, există tonuri curate și false. „Instrumentul“ analistului poate fi

dezacordat și îi poate transmite dezacordarea, prin rezonanță, analizandului. De aceea este deosebit de important, tocmai la jocul „nonverbal“ cu nisip, ca terapeutul să-și acordeze tot mereu „instrumentul“, respectiv să se reînnoiască pe sine însuși, să rămână în relație cu inconștientul lui și să-și conștientizeze impulsurile și reacțiile inconștiente.

Dacă numesc cutia cu nisip acum, la final, grădina sufletului, atunci se mai pune întrebarea: „Cine este adevăratul grădinar în această grădină?“

Nu este nici analizandul, nu este nici analistul, ci ambii sunt în slujba terțului supraordonat, Sinele, care conduce procesul de transformare și dezvoltare în grădina sufletului. Rezonanța dintre cei doi servește deci terțului; din vibrarea la unison a două instrumente diferite ia naștere prețiosul terț, așa cum putem vedea în fig. 16, în cazul Evei. Bărbații și femeile vibrează la unison în dans. Ei încercuiesc soarele și luna, între care ia naștere terțul, un cristal.

Rezonanța analitică nu se raportează deci, în ciuda marii lor intimități, la doi oameni particulari, ci la evenimentul din recipientul ermetic al cutiei cu nisip. Acolo zace misterul faptului că analistul și analizandul își pot lua rămas-bun după o perioadă de mare apropiere interioară și legătură omenească, fără mâhnire sau sentimente reziduale. Ambii s-au mai îmbogățit cu o experiență profundă — iar asta este suficient.

---

[70] Jacoby, Mario, *Psychotherapeuten sind auch Menschen*, Walter, Olten, 1987.

# Încheiere

Seriile anterioare de imagini în nisip ne-au îngăduit să aruncăm o privire în împărăția infinit de variată, niciodată complet sesizabilă a imaginației, în această lume intermediară, în care spirit și trup, interior și exterior, conștient și inconștient sunt împletite între ele. Fiecare persoană care se „joacă cu nisipul“ își modelează lumile în modul cel mai personal — nu am văzut niciodată două imagini în nisip identice —, și totuși niște procese de bază arhetipale comune leagă dezvoltările individuale între ele. De asemenea, am putut recunoaște prin intermediul câtorva studii de caz bogăția de material simbolic și de interacțiuni terapeutice în jocul cu nisip.

Pentru a ne putea îndeletnici cu această mare varietate de manifestări fizice și sufletești, o cunoaștere și o experiență cuprinzătoare a psihicului individual și colectiv, a structurilor, tulburărilor și a posibilităților lor de vindecare și transformare sunt o premisă indispensabilă, la fel ca pentru munca analitică verbală a psihoterapiei jungiene. Ambele metode se bazează pe aceeași pregătire în domeniul psihologiei abisale; ca la orice metodă, și terapeutul specializat în cea a jocului cu nisip are nevoie de o proprie experiență terapeutică specifică.

Cititorul se poate întreba de ce nu am prezentat niciun proces de joc cu nisip al unui bărbat. Răspunsul este simplu: printre clienții jocului cu nisip și printre terapeuții cu această

specializare se numără mult mai puțini bărbați decât femei. Sperăm că situația aceasta se va modifica în următorii ani, când și bărbații vor ști să aprecieze travaliul terapeutic creator, nonverbal, ca fiind de o valoare egală cu analiza verbală.

Părerea mea este însă că metoda jocului cu nisip ar putea fi numită mai degrabă sora „selenară“ a analizei verbale. Căci la jocul modelator în nisip recunoaștem mai puțin limpede procesele psihice decât la analiza verbală mai „luminoasă“, multe se dezvoltă în tăcere sau chiar în adevăratul sens al cuvântului „sub pământ“, fără să le putem denumi clar. În schimb sunt solicitate, exact ca atunci când ne căutăm în noapte un drum, intuiția și simțurile, mai cu seamă simțul tactil și senzația fizică, adică percepția cu întregul corp. De la evenimentul din cutia cu nisip emană o prezență fizică foarte puternică, una care nu-l cuprinde doar pe analizand, ci și pe analist. Jocul cu nisip cere multă percepție senzorială, multă putere de răbdare, așteptare și tăcere și multă încredere în posibilitățile de autovindecare ale oamenilor; însă el nu doar cere aceste calități, ci le și sprijină în mare măsură.

La jocul cu nisip, în principiu nu un tratament vindecă pacientul, ci propria lui acțiune. Prin faptul că analizandul își răsfrânge, își întoarce interiorul său cel mai intim în afară, fiecare imagine în nisip este ca o naștere. În această situație intimă, orice cuvânt care evaluează sau interpretează este prea mult, căci după o naștere sau după un act creator, un om este extrem de vulnerabil. Însă cu imaginea nașterii se luminează din nou un eveniment feminin, și anume imaginea femeii care naște și a moașei care o ajută să nască. Una își aduce pe lume ceea ce are ea mai intim lăuntric, cealaltă îl ia în primire.

Privind imaginea din nisip finită, analizandul și analistul se apropie sufletește și fizic, adesea stau unul lângă altul la cutia cu nisip. De aici rezultă pentru ambii o situație intimă (din

cauza corporalității, mult mai intimă decât într-o analiză pur verbală!), care cere multă încredere și mult respect reciproc. Din această situație intimă fizic și psihic și foarte delicată, se înfiripează fenomenele, adesea greu de determinat cu precizie, ale rezonanței dintre analist și analizand. Sunt vibrații foarte subtile și deseori și ademenitoare, erotice, drept care este extrem de important ca terapeutul începător să fie atenționat în timpul supervizării de posibilitatea de a fi sedus, dar și de cea a seducției active, și să învețe să țină cont de ele și să le abordeze cu precauție.

Modelarea creatoare nu este însă legată numai de vulnerabilitate, ci și de o mare bucurie! În orice terapie prin jocul cu nisip vine momentul în care analizandul stă cu bucurie și uimire în fața „creației“ lui. *Bucuria de a putea fi creator* se află tot mereu la începutul vindecării. Cu această bucurie pentru propria creație, analizandul își acceptă nu numai posibilitățile sale creatoare, ci se acceptă și *pe sine însuși*.

Bucuria autentică în fața pietrei, a jocului și a modelării se exprimă întotdeauna în imagini din nisip de o mare frumusețe, ele apar adesea ca niște daruri pentru Dumnezeu. Aceste imagini exprimă în exterior ceea ce s-a înfiripat în suflet: ordine, echilibru și pace cu sine însuși. Frumusețea numinoasă a acestor imagini în nisip se răsfrânge însă din nou asupra creatorilor lor și le dăruiește un profund sentiment lăuntric de fericire. Este interacțiunea dintre armonie interioară și bucurie, care devine vizibilă în lumea exterioară ca frumusețe configurată, iar de acolo se răsfrânge din nou, stimulând viața, asupra stării sufletului.

„Ce păcat că nu e toată lumea atât de frumoasă“, mi-a spus o fetiță după ce realizase cu obiectele cele mai frumoase din cabinetul meu o imagine în nisip. Apoi m-a privit cu ochi strălucitori, mi-a indicat cu mâna stângă inima ei, cu dreapta

fruntea ei și a zis: „Dar lumea mea de-aici dinăuntru este atât de frumoasă și mi-o pot reprezenta iarăși și iarăși!“

# Glosar

*Amplificare*

Prin amplificare se înțelege îmbogățirea simbolurilor și a imaginilor ivite în vise și imaginații printr-un material asociativ și analog.

*Arhetip și imagine arhetipală*

Prin arhetipuri se înțeleg elemente dinamice de bază ale psihicului uman, care par pe de o parte înnăscute structural omului, iar pe de alta dobândite prin experiență de viață. Ele sunt, printre altele, producătorii unor imagini simbolice de același fel sau asemănătoare, în spiritul popoarelor sau culturilor celor mai diferite. Arhetipurile în sine sunt neînsemnate și incapabile de conștiință, însă efectul lor asupra psihicului omenesc se vede în multitudinea inepuizabilă a *imaginilor arhetipale* personale și colective.

Imaginea arhetipală este imaginea personală sau colectivă care se formează sub influența energiei arhetipale în individ sau în colectiv. Întrucât viața sufletească este în continuă mișcare, nici imaginile arhetipale nu sunt formate ferm o dată pentru totdeauna, ci se schimbă și se dezvoltă odată cu schimbarea și dezvoltarea omului. „Nu trebuie să cădem niciun moment pradă iluziei că un arhetip ar putea fi în cele din urmă explicat și, astfel, rezolvat. Nici cea mai bună încercare de explicație nu este nimic altceva decât o transpunere mai mult

sau mai puțin reușită într-un alt limbaj figurat.“ (Jung, C.G., *Opere complete*, vol. 9/1, *Arhetipurile și inconștientul colectiv*, par. 271, p. 183, capitol trad. de Daniela Ștefănescu, Editura Trei, București, 2014.)

*Cuaternitate*

Cuaternitatea corespunde unui principiu al ordinii și totalității. Numim cele patru puncte cardinale, pentru a marca totalitatea orizontului sau a ne orienta pe pământ. O totalitate exprimă, de exemplu, și cele patru elemente, cele patru anotimpuri, iar în psihologia analitică cele patru funcții psihologice: senzație, gândire, simțire și intuiție.

*Emisferele stângă și dreaptă ale creierului*

Emisfera stângă își produce efectul asupra jumătății drepte a corpului, iar cea dreaptă asupra jumătății stângi a corpului. Trăsături și modalități de funcționare tipice:

| Emisfera stângă a creierului: | Emisfera dreaptă a creierului: |
|---|---|
| verbal | nonverbal |
| rațional | nonrațional |
| logic | intuitiv |
| linear | global |
| analitic | sintetic |
| abstract | concret |
| temporal, succesiv | capacitate de reprezentare figurativă |
| legătură cu conștiința | mică legătură cu conștiința, legătură prin *corpus callosum* cu jumătatea stângă, dominantă la elaborarea emoțiilor. |

*Experimentul asociativ*

Experimentul asociativ este o metodă de testare din psihologia abisală, pentru stabilirea unor complexe cu ajutorul măsurării timpilor de reacție și a răspunsurilor și reacțiilor verbale și nonverbale la cuvintele-stimuli date.

*Extraversie*

„Extraversia înseamnă orientarea în afară a libidoului. [...] Cineva care se află într-o stare extravertită gândește, simte și acționează în raport de obiect. [...] Extraversia este de aceea într-o oarecare măsură un transfer al interesului de la subiect la obiect. [...] Se poate vorbi de o extraversie activă atunci când ea este intenționată de subiect, și de o extraversie pasivă atunci când obiectul o impune cu forța, adică atrage interesul subiectului. [...] O stare de extraversie habituală duce la apariția tipului extravertit.“ (Jung, C.G., *Opere complete*, vol. 6, *Tipuri psihologice*, par. 712, pp. 448–449, trad. Viorica Nișcov, Editura Trei, București, 2004.)

*Imaginație activă*

Imaginația *activă* se deosebește de imaginația pasivă prin aceea că cel care își imaginează intră *activ* cu Eul său conștient într-o confruntare cu figurile imaginației sale care se înalță din inconștient. Ia naștere un dialog sau o confruntare între Eul conștient și figurile interioare mai mult sau mai puțin inconștiente, ceea ce este pe de o parte foarte dificil de suportat, pe de alta însă, ascunde în sine posibilitatea unei întâlniri foarte intense cu inconștientul și a unei lărgiri serioase a conștiinței. Metoda imaginației active reclamă un Eu consolidat.

Referitor la „Aktive Imagination“, vezi și: Hannah, Barbara, *Begegnungen mit der Seele*, Kösel, München, 1985, și Kast, Verena, *Imagination als Raum der Freiheit*, Walter, Olten/ Freiburg i. Br., 1988.

*Individuație*

„Individuația este conceptul central al psihologiei (analitice) jungiene. Se înțelege prin el un proces al devenirii Sinelui, care duce individul la realizarea plenitudinii maxime a posibilităților înnăscute. Individuația nu înseamnă o realizare egoistă de sine, dimpotrivă, ea unește omul cu stratul său de adâncime și îl face să ia în serios interconexiunea cu rețeaua socioculturală. Procesul este însoțit de o conștientizare crescândă a propriei persoane, a lumii și a interacțiunilor LOR.

C.G. Jung, care concepea viața drept un proces continuu ce necesită mereu pași de maturizare și de adaptare, a văzut psihicul omenesc sub diferite aspecte și l-a conceptualizat în mod corespunzător. Din această perspectivă, individul este întotdeauna mai mult decât Eul său conștient. A deveni conștient de părțile sale inconștiente și a le integra treptat înseamnă a satisface cerințele individuației, dar înseamnă și a-și orienta viața final către un «ceva» aflat încă în devenire.“ (Asper, Kathrin, *Verlassenheit und Selbstentfremdung*, Walter, Olten/ Freiburg i. Br., 1987, p. 15.)

*Inflație*

Dacă o personalitate este extinsă prin identificarea cu o personalitate supraordonată sau cu un arhetip dincolo de limitele ei individuale, se produce o inflație, un fel de umflare, de fatuitate, care nu corespunde realității.

*Introversie*

„Introversia este îndreptarea către interior a libidoului. Interesul nu se îndreaptă către obiect, ci se retrage de la acesta și revine la subiect. Cine are o atitudine introvertită gândește, simte și acționează într-un mod care lasă limpede să se vadă că subiectul este în primul rând cel care motivează, în vreme ce obiectului îi revine cel mult o valoare secundară. [...]

Introversia este activă, atunci când subiectul vrea să se închidă, într-o anume măsură, față de obiect și este pasivă, atunci când subiectul nu este în stare să readucă la obiect libidoul care se scurge din el. Introversia obișnuită este caracteristică tipului introvertit.“ (Jung, C.G., *Opere complete*, vol. 6, *ed. cit.*, par. 779, pp. 476–477.)

*Progresia și regresia energiei psihice*

Prin progresie se înțelege curgerea înainte a energiei psihice, care duce la adaptarea necesară, și tot mereu reactualizată, la condițiile lumii exterioare. În schimb, regresia înseamnă o curgere înapoi a energiei psihice spre interior pentru adaptarea omului la condițiile lumii sale interioare. La regresie sunt activate sau reactivate de cele mai multe ori conținuturi ale psihicului rămase în urmă din punctul de vedere al dezvoltării, refulate sau „dormitând“ până atunci în inconștient, ceea ce duce apoi, în următoarea progresie a energiei, la un progres în dezvoltare. În principiu însă, progresia și regresia energiei psihice trebuie privite ca o animare alternativă a lumii exterioare și a celei interioare și nu trebuie confundate cu progresul sau regresul dezvoltării.

*Proiecție*

„Proiecția este un proces automat, inconștient, prin care un conținut inconștient subiectului este transferat asupra unui obiect, creându-se impresia că respectivul conținut aparține obiectului. Proiecția dispare în momentul în care devine conștientă, adică atunci când conținutul este recunoscut ca aparținând subiectului.“ (Jung, C.G., *Opere complete*, vol. 9/1, *Arhetipurile și inconștientul colectiv*, par. 121, p. 77, capitol trad. de Vasile Dem. Zamfirescu, *ed. cit.*; vezi și Franz, M.-L. von, *Spiegelungen der Seele*, Kösel, München, 1988, pp. 9 și urm.)

*Rituri de tranziție*

Tranziția de la un segment al vieții la un altul aduce cu sine modificări mai mult sau mai puțin greu de surmontat, care sunt sprijinite și rânduite în mod util prin așa-numite rituri de tranziție. Tranzițiile cele mai importante sunt nașterea, căsătoria, moartea și diferitele inițieri, de pildă într-o categorie de vârstă, într-una profesională sau într-o asociație de cult. Pentru travaliul terapeutic cu copii și tineri, sunt importante mai ales riturile de inițiere care reglementează trecerea de la vârsta de copil la cea de adult. Aceste ritualuri au întotdeauna aceeași structură: după riturile de despărțire care desprind individul din segmentul său anterior de viață urmează o perioadă de tranziție mai scurtă sau mai lungă. În acest interval, omul se află într-un pericol deosebit, căci el este, ca să zicem așa, „fără adăpost“. Prin riturile de incluziune, e apoi integrat în noul segment de viață, care este întotdeauna legat și de un nou rol social.

*Simbol*

Simbolul leagă lumea tangibilă, concretă de cea sufletesc-spirituală. Lucrurile din mediul nostru înconjurător, acțiunile noastre, fenomenele pe care le percepem mai au, dincolo de sensul lor evident, de scopul lor nemijlocit recognoscibil, și un sens spiritual, care ne este mai mult sau mai puțin conștient. Simbolul unește întotdeauna aspectele materiale și spirituale, conștiente și inconștiente ale unui fenomen într-un întreg.

„Simbolul presupune întotdeauna că expresia aleasă este cea mai bună denumire sau formulă pentru o stare de fapt relativ necunoscută, dar recunoscută ca existentă sau ca necesară.“ (Jung, C.G., *Opere complete*, vol. 6, *ed. cit.*, par. 806, p. 487.)

*Sinele*

Psihologia analitică înțelege prin Sine arhetipul central al unității și totalității personalității globale, care este supraordonată Eului conștient. Sinele cuprinde conștient și inconștient ceea ce poate fi trăit și ceea ce nu poate fi trăit prin experiență, respectiv încă nu a fost trăit. Sinele este arhetipul ordinii, de la el pornește simultan și un efect ordonator asupra psihicului.

„Sinele este totalitatea psihobiologică ce dirijează dezvoltarea ciclurilor vieții și este totodată țelul procesului de individuație, în măsura în care individul se lasă în voia impulsurilor lui de dezvoltare și nu refuză să se dezvolte în sensul totalității. Din această totalitate face parte în mod esențial referirea religioasă, și astfel Jung înțelege Sinele ca imagine a lui Dumnezeu în suflet și ca organ psihic pentru perceperea divinului și a eternului.“ (Asper, Kathrin, *Verlassenheit und Selbstentfremdung*, Walter, Olten/ Freiburg i. Br., 1987, pp. 16 și urm.)

În mod empiric, Sinele se reprezintă în configurări, vise, mituri și basme ca „personalitate supraordonată“, de exemplu ca rege sau regină, erou sau eroină, Mântuitor, sau ca pătrat, cerc, mandala, cruce ori în taoism ca interacțiune a contrariilor yin și yang.

*Transfer și contratransfer*

Fenomenul transferului se produce când analizandul își percepe pe parcursul tratamentului analistul sau analista ca pe un tată sever sau semizeu atotștiutor, ca pe o mamă rea sau mereu iubitoare etc. Și analistul poate să-și înțeleagă greșit analizandul, în sens pozitiv sau negativ; acest fenomen se numește contratransfer. Pe parcursul analizei se vizează transformarea transferului și a contratransferului într-o relație raportată la realitate, reciprocă, în care fiecare își cunoaște

propriile posibilități și limite și pe cele ale celuilalt. (Referitor la transfer și contratransfer, vezi Jacoby, M., *Psychotherapeuten sind auch Menschen*, Walter, Olten/ Freiburg, i. Br., 1987.)

*Umbră*

Psihologia analitică înțelege prin umbră părțile psihice personale și colective care nu sunt trăite din cauza incompatibilității lor cu forma de viață aleasă conștient, ci sunt de obicei refulate, întunecate și nedezvoltate. Umbra poate să cuprindă atât conținuturi negative, cât și pozitive.

# Bibliografie selectivă


Achterberg, Jeanne, *Die heilende Kraft der Imagination*, Scherz, München, 1987.

Ammann, Ruth, *Eine Kinderanalyse anhand von Sandbildern*. Lucrare de diplomă la C.G. Jung-Institut, Zürich, 1979.

Asper, Kathrin, *Verlassenheit und Selbstentfremdung*, Walter, Olten/ Freiburg i. Br., 1987.

Bischof, Marco, *Unsere Seele kann fliegen*, Verlag im Waldgut, Frauenfeld, 1985.

Collodi, Carlo, *Pinocchio*, Editura Herra, București, 2009.

Eccles, John C., *Das Gehirn des Menschen*, Piper, München, 1984.

Eliade, Mircea, *Sacrul și profanul*, Editura Humanitas, București, 2005.

Franz, M.-L. von, *Die Erlösung des Weiblichen im Manne. Der goldene Esel von Apuleius in tiefenpsychologischer Sicht*, Insel, Frankfurt/M., 1980.

Franz, M.-L. von, *Spiegelungen der Seele*, Kösel, München, 1988.

*Handwörterbuch des deutschen Aberglaubens*, ed. de Hoffmann-Krayer, Berlin, 1927–1942.

Harding, Gösta, *Spieldiagnostik*, Beltz, Basel/ Weinheim, 1972.

Heinz-Mohr, Gerd, *Lexikon der Symbole*, Diederichs, München, 1983.

Jacoby, Mario, *Psychotherapeuten sind auch Menschen*, Walter, Olten, 1987.

Jung, C.G., *Opere complete*, Editura Trei, București.

Jung, C.G., *GW*, vol. 5, Walter, Olten/ Freiburg i. Br., 1977.

Jung, C.G., *O.C.*, vol. 6, 2004.

Jung, C.G., *O.C.*, vol. 8, 2013.

Jung, C.G., *O.C.*, vol. 9/1, 2014.

Jung, C.G., *O.C.*, vol. 9/2, 2014.

Jung, C.G., *GW*, vol. 12, Walter, Olten/ Freiburg i. Br., 1972.

Jung, C.G., *GW*, vol. 13, Walter, Olten/ Freiburg i. Br., 1978.

Jung, C.G., *O.C.*, vol. 14/1, 2005.

Jung, C.G., *O.C.*, vol. 14/2, 2006.

Jung, C.G., *O.C.*, vol. 14/3, 2006.

Jung, C.G., *Amintiri, vise, reflecții*, Editura Humanitas, București, 1996.
Jung, C.G., *Kindertraumseminar W 1940–41*, Schippert, Zürich, 1976.
Kalff, Dora M., *Sandspiel*, Rascher, Zürich/ Stuttgart, 1966.
Markale, Jean, *Die Druiden*, Dianus-Trikont, München, 1985.
Neumann, Erich, *Das Kind*, Rhein, Zürich, 1963.
Riedel, Ingrid, *Farben*, Kreuz, Stuttgart, 1983.
Weinrib, Estelle, *Images of the Self*, Sigo Press, Boston, MA, 1983.

*Bibliografie suplimentară referitoare la jocul cu nisip:*

Bradway, Kay și McCord, Barbara, *Sandplay – Silent Workshop of the Psyche*, Routledge, Londra, 1997.
A cura di Montecchi, Francesco, *Il „Giocco della Sabia“ nella Pratica Analitica*, Franco Angeli, Milano, 1997.
Rogers Mitchell, Rie și Friedman Harriet, S., *Sandplay — Past, Present and Future*, Routledge, Londra/NewYork, 1994.
Ryce-Menuhin, Joel, *Jungian Sandplay*. *The Wonderful Therapy*, Routledge, Londra, 1992.